رفع
عبد الرحمن النجدي
أسكنه الله الفردوس
www.moswarat.com





٤٤٤ وصفة

للتداوي بالأعشاب



أخصائي الأعشاب
زياد عمران

دار الخليج

وصفة
للتداوي بالأعشاب



الطبعة الأولى

١٤٢٤هـ - ٢٠٠٣م

رقم الإيداع لدى دائرة المكتبة الوطنية
(٢٠٠٢/١٢/٢٩٢٦)

٦١٥,٣٢
عمر

عمران، زياد علي
٤٤٤ وصفة للتداوي بالأعشاب/ زياد علي عمران
-عمان: دار الخليج، ٢٠٠٣.
(٠٠٠) ص
ر.أ: ٢٠٠٢/١٢/٢٩٢٦
الواصفات:/ النباتات الطبية// الطب الشعبي

* تم إعداد البيانات والفهرسة والتصنيف الأولية من قبل دائرة المكتبة الوطنية



عمان - شارع السلط - مجمع الفحيص التجاري

تلفاكس 4647559 ص.ب 184034 عمان 11118 الأردن

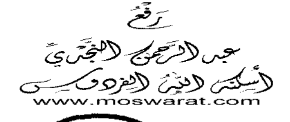
وصفات

للتداوي بالأعشاب

أخصائي الأعشاب
زياد عمران

دار الخليج







مقدمـــة

اقتضت الحكمة الإلهية خلق الإنسان وتأمين سبل حياته من مأكل، وملبس، ودواء ومأوى. ولما كان الإنسان في بداية خلقه، يحبو في بناء حضارته، لم يكن يملك الخبرات والتقنيات التي تؤمن له الحصول على الدواء، أو الغذاء، من الأماكن المختصة في بيع متطلباته، حيث كان يحصل على كل ما يحتاج من الطبيعة، فاكتسى من جلود الحيوانات ما يستر عورته، ويمنع عنه برد الشتاء، ثم أكل مما تنبت الأرض من غذاء ليقوى على تحمل مشاق الحياة، وحصل على مأوى من الكهوف ومن أخشاب الشجر كما حصل على النار منها، ومن الأعشاب الجافة.

ولما كان الله سبحانه وتعالى خلق فأبدع، ووضع الخلق في أحسن حال وجعل القوانين الأرضية في اتزان بديع، يجمع فيه المخلوقات من نبات، وحيوان، وجماد، يخدم بعضه بعضاً، ويكمل الواحد منهما الآخر في وحدة متجانسة، منظومة بشكل عجيب، فالنبات يحتاج الجماد من ماء وتراب، والحيوان يحتاج النبات كي يحصل على الغذاء والدواء، كما يحتاج النبات الحيوان لتسوية الاتزان النباتي كي لا تجتاح النباتات نباتات أخرى، فبعض الحيوانات تتغذى على أوراق الشجر، وبعض الحيوانات تتغذى على حشائش الأرض... الخ وفي هذا حفظ للتوازن النباتي، كما يستفيد النبات من مخلفات الحيوان، لتغذية التربة التي ينمو فيها (السماد) حتى يحافظ على ازدهار نموه، أما الإنسان فيبقى في كل هذا يحتاج الجميع لبناء حياته، وليتذكر خالقه بالعبادة والحمد على كل ما

أُوتي من نعمه. وحيث كان الإنسان المخلوق الذكي بين هذه المخلوقات المرئية، كان يراقب هذه المخلوقات الأخرى، ويسجل في ذاكرته كنوز المعرفة من خلال التجربة والخبرة حتى اهتدى بعون الله مرة تلو مرة إلى ما يفيده من النبات في غذائه وفي وقت مرضه، وتعرف بالخبرة كيف يستفيد من هذه الميزة، في وقت أصبحت هذه الخبرة تكبر شيئاً فشيئاً مع الإنسان كما كانت تنتقل هذه الخبرات من جيل إلى آخر، فاتسعت وكبرت بكبر واتساع حضارة الإنسان على الأرض.

وقبل وصول الإنسان إلى استخدام التكنولوجيا والتقنيات الحديثة في مجال الأدوية بزمن غير بعيد، حيث يذكر البعض كيف كان الأجداد يتداولون الطب الشعبي عند حدوث الأمراض بكل مهارة وأمان، قبل أن تفتح علينا أبواب الصيدليات التي عاثت في الجسم فساداً أحياناً، بما حملته من كيماويات لا تحمد عقباها، بالرغم من السرعة في أدائها ضد الأمراض أحياناً، إلا أنها قد تخلف سموماً في أعضاء الإنسان لا يمكن معرفتها على وجه العموم.

فكم من الأدوية التي كانت مباحة في الماضي ومسموح تداولها حتى في البقالات العامة سحبت من الأسواق ووضعت تحت طائلة الاحتراز والحذر، وكم من الأدوية التي كانت تتداول دون وصفة طبية مدة من الزمان، تم مصادرتها وإتلافها، بعد أن ثبت أنها تسبب نوعاً من السرطانات في جسم الإنسان.

ولا يزال الإنسان منذ أن بدأ تصنيع الدواء في مختبراته الخاصة إلى يومنا هذا والدواء في حالة من المد والجزر، بين طرح الدواء في الأسواق وإمكانية سحبه من الأسواق مرة أخرى، وبين مؤيد ومعارض.

وفي الوقت الحالي تتلاقى الرغبة عند مختلف الشعوب للعودة إلى التداوي ببدائل الطب التقليدي (الكيميائي) على مختلف صوره، ففي البلاد العربية نجد العديد من

المرضى المتعبين على أبواب المعالجين بالكي، والحجامة، والأعشاب، وحتى المعالجين بالطب الروحاني.

وفي الصين واليابان، يتوجهون إلى التداوي بالوخز بالإبر الصينية، وهو طب عريق له منافعه في وقت يعجز فيه الطب التقليدي، كما يلجئون إلى الأعشاب وأجزاء بعض الحيوانات، أما في كافة البلاد الأوروبية فنجد خليطاً من أنواع مختلفة من التداوي، يشمل الطب الصيني (الوخز بالإبر الصينية والضغط بالأصابع) والطب الشعبي والتداوي بالأعشاب إلى جانب العديد من أنواع أخرى مثل الطب الروحي، والطب بواسطة الإيحاء (التنويم المغناطيسي)، وفي هذا كله مدارس وفنون، وله مؤيدون وناجحون.

وبالرغم من الشعبية التي يلقاها الطب الشعبي في البلاد العربية إلا أنه ما زال يتخبط بين الجهل، والعلم، وسوء الاستخدام، فالتداوي بالأعشاب يحتاج مكاناً في الكليات والجامعات العلمية، كي يتمكن ممارسوه من تطبيق المعالجة الصحيحة على المرضى، وأن لا يقع بين جهل العامة، وكذب المحتالين، فلو قدر لي أن أطرح فهمي الشخصي حول هذا العلم من هذا الجانب، فأقول أنه من العلوم التي قد تحتاج دراسته سنوات تفوق عددها دراسة الطب التقليدي (الكيميائي)، هذا إذا أردنا الإلمام بمعرفة جيدة في هذا العلم.

فطب الأعشاب يحتاج إلى:

- معرفة تامة بأنواع وأشكال النباتات المتداولة، والتفريق بين المشابه منها بالشكل والمختلف بالفائدة، فقد نجد من النباتات أصناف متشابهة بالشكل يصعب التمييز بينها إلا بالتدقيق الشديد، والخطأ في تداول بعض الأنواع قد يؤدي إلى التسمم.
- معرفة المقادير والمعايير الواجب تعاطيها لكل من الكبار، والصغار، والحوامل والمرضعات ومحاذير الاستخدام عند الجميع.

- أشكال التعاطي وطرق التحضير: مثل المنقوع، والمغلي، والمركب، والخلائط والمعاسيل، وغير ذلك من طرق التحويلات العشبية الأخرى من أجل استخدامها بشكل فعال في مثل تحضير زيت الثوم، من الثوم نفسه ليتم استخدامه ضد أمراض عديدة بدهنه على الأعضاء المصابة من الخارج، كما يسهل تركيبه بشكل كريم بمشاركة الشمع والفازلين، وبدون هذا التحويل لا يمكن إيجاد مستحضرات عشبية تخدم الغاية العلاجية التي خصص من أجلها، كما تتيح الفرصة للحصول على مستحضرات طبية جاهزة وقت الحاجة إليها.
- المعرفة التامة في الاختلاطات المختلفة بين الأعشاب وما يتوافق أو يتعارض منها مع الأصناف الأخرى في مثل إعداد الخلاصات الكحولية من أجل استخدامها من الداخل أو الخارج، ومعارضة بعض هذه التحويلات مع ثنائية بعض الأعشاب مثل تحضير خلاصة كحولية من نباتين مختلفين في الأصول تؤدي إلى ترسبات سامة في جسم الإنسان.
- مكان تواجد النبات: فلكل نبات طبي له مكانه وبيئته الخاصة فمنه في الغابات، وقرب الأنهار والبحيرات ومنه في المناطق الجافة والجبال والوديان ونباتات أخرى تنمو في الخرب وبين الجدران وقرب البساتين كما تختلف بيئة النباتات باختلاف أنواعها فمنها ما يتواجد في بلادنا ومنه يندر وجوده إلا في بيئات أخرى لا تطوله اليد إلا بالاستيراد من الدول الأخرى.
- فبعض النباتات تقطف في الربيع والبعض في فصول مختلفة، والقليل منها على مدار السنة، مثل النباتات الشجرية المعمرة.
- بعض النباتات تقطف أوراقها من أجل الاستشفاء، قبل بلوغ أزهارها مرحلة الإزهار والبعض الآخر يتم النضج العلاجي في أوراقها بعد الإزهار.

- طرق الاستخدام: يتطلب أحياناً استخدام أجزاء النبات بعد تجفيفه وفي أحيان أخرى يتطلب استخدام أجزاء النبات بشكله الغض ودون هذه الشروط نكون قد وقعنا بين أمرين إما التسمم أو عدم جدوى العلاج، وفي هذا الكتاب أمثلة توضح ذلك.
- الجزء النباتي العلاجي المستخدم: قد يكون الجزء العلاجي من النبات يتمثل في البذور أو الجذور، أو الأزهار، أو الأوراق، أو اللحاء..الخ وقد نجد في بعض النباتات أن الجزء الطبي المفيد هو الأزهار وتكون باقي أجزاء النبتة سامة، أو عديمة الجدوى في العلاج، وعلى هذا المثال يجب الانتباه عند قطف واستخدام النباتات الطبية.
- وهناك شروط أخرى كثيرة لا يتسع الوقت لشرحها مثل شروط الخزن والتجفيف ومدة خزن كل منهما والتداخلات الإيجابية أو السلبية بين الجمع في أكثر من عشبة (الخلائط) من أجل التداوي.

وقبل أن ننهي هذه الصفحة نعود ونذكر أن من السخافة القول: أن من السهل تداول وتعاطي الأعشاب الطبية من قبل أشخاص غير مؤهلين في مثل هذا النوع من الطب لأسباب ذكرناها سابقاً، وأن من يدَّعون فعل المعجزات بوصفاتهم العشبية، قد يكون هذا الادعاء، درباً من الوهم، ومن قبيل استغلال أموال فرائسهم من الجهلة والبلهاء من العامة والذين يسلمون أنفسهم وعقولهم للإيحاء المزيف أكثر منه إلى الحقيقية، ومن الغريب أن تسمع أنشودة المجد والمدح من هؤلاء المرضى البلهاء الذين ترددوا على بعض حكماء النصب والاحتيال العشبي، بالرغم من عدم وجود دلالة واحدة على تحسن حالهم في المعالجة عند هؤلاء الدجالين، ورغم وقوعهم ضحية الجهل، والخداع نراهم يروجون الإشاعات التي لا يمكن قبولها ولا إثباتها أمام الحقيقة، أما لماذا يفعلون ذلك؟ ربما كانوا بحاجة إلى علاج نفسي أكثر منه عشبي، وقد وجدوا في بعض الحيل والخداع نوعاً من التفريغ الذاتي مما تحمله أنفسهم من أعباء وهموم لم يطرق بابها أحد من قبل ووجدوا ولو من قبيل ترضية النفس أن يعلقوا همومهم على علاقة طب العطارة والعرافين.



الأقحــوان

بابونج البقر - كركاش [مصر] رجل الدجاج - عين شمس - فرثائيون

نبتة معروفة لدى أهل الشرق الأوسط منذ القدم، حيث نقلت إلى اليونان في القرون الوسطى ومن ثَمَّ إلى نواحي متعددة من العالم، يخلط البعض بين هذا النبات وبين النباتات الأخرى المشابهة لها مثل نبات البابونج الروماني والبابونج الألماني بسبب تشابه الأزهار، إلا أن وجه الاختلاف بينهما تعود إلى رائحة الأقحوان القوية غير المستحبة.

الجزء الطبي من النبات: الأطراف المزهرة في (حزيران / يونيو).

تستعمل الأزهار في العلاج الداخلي للأمراض التالية:

١. في علل الرحم: عسر الطمث، انقباض الحرم، التهاب عنق الرحم (منقوع ملعقة صغيرة من الأزهار لكل كوب من الماء ثلاث مرات يومياً).
٢. يُستخدم خافضاً للحرارة: منقوع ملعقة من الأزهار لكل كوب ماء عند اللزوم.
٣. يُستخدم مضاداً للأرق: منقوع ملعقة من الأزهار لكل كوب من الماء عند اللزوم.
٤. كما يُستخدم مضاداً للتشنج: بشكل منقوع كما في المثال السابق ثلاث مرات يومياً.

الاستخدام الخارجي:

١. تستعمل الخلاصة الكحولية لطرد البق: تنقع ٢٥٠ غراماً من الأزهار في نصف لتر من الكحول لمدة أربعة عشر يوماً ثم تصفى وتوضع في بخاخ وترش بها أماكن الشقوق وتواجد البق.
٢. يفيد زيت النبات في طرد حشرات الرأس: تنقع بتلات زهر النبات في زيت الزيتون لمدة ٤٠ يوماً ثم تُصَفَّى وتستعمل دلكاً لفروة الرأس والشعر لمدة ربع ساعة حيث

يبقى من المساء إلى الصباح، يعمل بهدا ٣ أيام على التوالي (٢٥٠ غراماً من الأزهار لكل ٤٠٠ غرام من الزيت).



٣. يمكن استعمال المركب الدهني للغاية السابقة: تغلى الأزهار على نار هادئة في الزبد غير المملح لمدة نصف ساعة ثم تصفى بواسطة الشاش الطبي وتستعمل دهناً مرة واحدة ليلاً وتغسل في الصباح لمدة ثلاثة أيام على التوالي (٥٠ غراماً من الأزهار لكل ١٥٠ غراماً من الدهن).

أذن الفار

ميوسوطيس - عين الهدهد - لا تنسيني

ينتشر هذا النبات قرب الأنهار وفي الحقول والمراعي الرطبة.

يحتوي النبات على: التانين، ومواد لعابية، وعناصر وأملاح عديدة هامة للجسم وفي مقدمتها أملاح البوتاسيوم (حيث وصفه البروفيسور ليون بينيه، عميد كلية الطب في باريس في الستينات من هذا القرن بأنه علاج فعال لحالات الوَهْن والانحطاط).

يُستخدم النبات في العلاج الداخلي للأمراض التالية:

١. في حالة التهاب الأذن والعين (قطرة ثلاثة مرات يومياً من الماء المقطر) أو يستعمل منقوع الأوراق والأزهار بشكل كمادات في حالات التهاب العيون.

٢. في حالة الرعاف (تعصر الأوراق وتصفى وتقطر في فتحة الأنف النازف عند اللزوم).

٣. يعالج التهابات الأمعاء (منقوع ملعقة من الأوراق والأزهار الجافة لكل كوب ثلاث مرات يومياً).

٤. يُستعمل مُهدئاً للأطفال (المنقوع السابق الذكر مرة واحدة عند اللزوم).

٥. يستعمل معسول النبات في حالة الوهن وفقر البوتاسيوم (ثلاث ملاعق كبيرة موزعة على اليوم الواحد).

تعمل المعاسيل:

بغلي عصير أوراق وأزهار النبات الطازج بوزنه عسلاً على نار هادئة، على أن يتم إزالة الزبد (الماء الظاهر على وجه المستحضر) حتى يتوقف ظهوره، ثم يُعبأ ويستعمل. يمكن استخدام السكر بدلاً من العسل بنفس الطريقة السابقة[1].

شوك القصار - صفصاف شائك

غسول رومي

شجرة معروفة في حوض البحر الأبيض المتوسط، كان يعتقد قديماً أن ثمار النبات سام؛ لكن في الوقت الحالي بَطُل هذا الاعتقاد، حيث اكتشف في الثمار عناصر علاجية وغذائية هامة.

تحتوي الثمار على: حوامض عضوية، ومواد سكرية، وفيتامينات مثل أ، ب٢، ب٦، هـ، ج، كما تحتوي على مواد قاتلة للديدان المعوية، وأخرى مقاومة للشيخوخة.

تستعمل الثمار من الداخل للغايات التالية:

(١) للمزيد من التفاصيل راجع كتابنا (صناعة مستحضرات الأعشاب الطبية).

١. تعتبر الثمار علاج ناجح لداء الأسقربوط[1] : تعصر مقداراً من الثمار ثم تخلط بوزنها عسلاً ثم تطبخ على النار لعدة دقائق (معسول) ثم يُعَبأ ويحفظ (يستعمل بمعدل أربع ملاعق كبيرة يومياً).
٢. تستعمل الثمار كمنشط ومقاوم للشيخوخة (فنجان من عصير الثمار ثلاث مرات يومياً.
٣. لطرد الديدان المعوية : تُهرس الثمار بمقدار كوب ثم يضاف إليه فصان من الثوم المهروس أيضاً وملعقة واحدة من العسل (يتناول المصاب هذا المزيج مرة واحدة في كل صباح لمدة أسبوع).
٤. عند الإصابة بالإنفلونزا والنزلات الوافدة (تعصر مقداراً من الثمار ويضاف إليه عصير ليمونة واحدة يتناول المصاب كوباً واحداً مرتين يومياً).
٥. لفتح الشهية ومقاومة الوهن (يُستخدم المعسول السابق في البند الأول ملعقة كبيرة قبل الطعام ٣ مرات يومياً.

إبرة الراعي – إبرة الراهب

تسمى: جارونيه [مصر] – غرنوف [اليونان]

سمي هذا النبات باسم إبرة الراهب نسبة إلى كاهن دير روبرتسبرغ في فرنسا حيث كان يصفها بكثرة للمرضى وخاصة لوقف النزيف ، وذلك في القرن الثاني عشر.

---

(١) داء الأسقربوط : ينجم هذا المرض عن نقص فيتامين C وغالبا ما يحدث بين عمر ٧ شهور والسنتين ، يعاني المريض من تعب واضطرابات وألم في المفاصل وقد يحدث النزف في الجلد والأغشية المخاطية.

تحتوي إبرة الراعي على: راتنج، زيت عطري، حامض العفص، تانين، فيتامين (ج).

الجزء الطبي المستخدم: الأوراق والزهور.

يستخدم: هذا النبات من الداخل بشكل منقوع في الماء الحار (ملعقة من الأوراق والأزهار لكل كوب من الماء) ثلاث مرات يومياً للحالات التالية:

١. التهاب الحلق والحنجرة (اللوزتين) والسعال، ينفع في حالة بحة الصوت.
٢. التهاب الفم وتقرحاته (كما يستخدم لهذه الغاية مغلي النبات بشكل غرغرة عدة مرات في اليوم).
٣. خافض لمستوى السكر في الدم.
٤. مضاد للتشنج ومهدئ للأعصاب.
٥. مضاد للإسهال.
٦. يدر البول، كما ينفع في حالة الالتهاب والنزيف الداخلي في الجهاز البولي، كما يفيد في حالة النزف في الجهاز الهضمي.

يستخدم في العلاج الخارجي للحالات التالية:

١. يدلك بزيته من الخارج لتخفف الآلام العصبية.
٢. يستخدم منقوع الأوراق والأزهار بشكل كماد في حالة التهاب العيون.
٣. يستخدم مغلي النبات غسول للجروح المتقيحة.

الآس

تسمى: مرد (بلاد فارس) الحمبلاس، حب الآس (بلاد الشام)، الريحان (المغرب) تعرف في الأردن: (بشجرة السكر) وتستعمل محلياً لخفض مستوى السكر للمصابين بهذا الداء.

استعمل خشب الآس قديماً كبخور، وصنع من أغصانه إكليلاً يتوج به رؤوس المنتصرين.تقطر أزهاره لتحضير (ماء الملاك) وهو ماء مشهور يستخدم لتجميل البشرة.

يصنع من عنيبات الآس (ثماره) شراب يساعد على الهضم وذلك بنقعه في الماء البارد لعدة ساعات.

تستخرج من الأوراق: مركبات وعناصر تفيد في علاج التهاب القصبات، والبواسير، والتهاب الجيوب الأنفية، والسعال، كما يستخرج من الأوراق زيت عطري يقضي على جملة من الجراثيم الضارة.

العلاج الخارجي:

يجمع مقدار ٢٥٠ غراماً من الأوراق والزهور وتنقع في ٤٠٠ غرام من زيت الزيتون في إناء مغلق ثم يوضع في مواجهة أشعة الشمس لمدة شهرين ثم تصفى وتحفظ لوقت الاستخدام حيث تستخدم للأمراض التالية:

١. علاج للبواسير والأكزيما: تخلط كميات متساوية من الزيت والفازلين بالتسخين الخفيف حتى نحصل على مزيج متجانس، ثم يبرد ويستعمل دهناً للبواسير عدة مرات في اليوم.

٢. علاج مفيد في مرض الصدف: يضاف إلى المزيج السابق أثناء التسخين مقدار ٢٥ غراماً من شمع النحل، ثم يبر د يستعمل دهناً للمنطقة المصابة عدة مرات في اليوم.

٣. علاج للجروح، تخلط نسبة ٥٠ غرام من زيت الآس في ١٥٠ غراماً من العسل ثم يستعمل دهناً للجروح المتقرحة مرتين يومياً، يضمد الجرح في كل مرة بشاش طبي نظيف.

٤. التهاب الجيوب الأنفية: يستنشق بخار زهور وأوراق الآس في الماء المغلي عدة مرات يومياً.

أما الاستخدام الخارجي فيستفاد من النبات في الحالات التالية:

- يستخدم عصير النبات الطازج في حالة تهدل الأثداء مسحاً للأثداء ليلاً ويغسل في الصباح.
- كما يستفاد من العصير في حالة الحكة المزعجة مجهولة الأسباب (مسحاً للمنطقة المصابة).
- تشققات الجلد (يستخدم زيت النبات المستخرج من الأوراق والأزهار).
- في حالة النزف الخارجي والجروح (يضمد بمرضوض النبتة على مكان الإصابة) يغير عليه كل ست ساعات.
- في حالة تقرحات الجروح والتهاباتها (يضمد الجرح بلبخة من مرضوض النبتة الكاملة).
- في حالة وجود الكلف والنمش على الوجه يمسح الوجه بالعصارة ويغسل بعد أربع ساعات، يعمل بهذا يومياً.

حشيشة الفضة

كمالية البروج - رجل الأسد - رداء السيدة - رجل الأرنب

اكتسبت هذه التسمية (حشيشة الفضة) بسبب زعم بعض الباحثين الكيميائيين قديماً بأهمية هذه النبتة في صناعة الفضة، حيث كانت وما زالت تجمع هذه النبتة خلال الليل لسهولة التعرف عليها، ويقال إنها تدل على نفسها عند رؤيتها مضيئة ليلاً.

كما نسب إلى هذه النبتة القدرة على إكمال عمل (الإكسير الفلسفي) إكسير الماء السماوي.

وفي أيسلندا اكتسب النبات بعضاً من القدسية، فقد اشتهر عنه إبان عصر النهضة أنه قادر على إعادة العذرية للنساء اللواتي فقدنها، وأشياء غريبة عن العلم الحديث.

الأجزاء المستخدمة من النبات: كامل النبتة.

الاستخدام الداخلي:

يستخدم مغلي ٤٠ غرام من أجزاء النبتة من الأوراق والأزهار لمدة ٥ دقائق في لتر من الماء ثم يترك ليتخمر ليشرب دافئاً ثلاثة أكواب يومياً في الحالات التالية:

- داء السكري.
- الإسهال.
- تصلب الشرايين.
- انتفاخ البطن.
- داء الشقيقة (الصداع النصفي).
- السمنة (البدانة).
- عسر الطمث.

- لإدرار البول.
- مسكن ومضاد لأمراض الروماتزم
- مضاد للالتهابات بشكل عام.

حشيشة السعال

رجل الحمار - فيخيون

نبتة مفيدة كثيرة الاستخدام، على الصعيدين الداخلي والخارجي.

الجزء المستخدم من النبات: الأزهار والأوراق والجذور.

تستخدم في العلاج الداخلي للأمراض التالية:

١. تعتبر علاجاً ناجحاً للأمراض الصدرية والرئوية والسعال بأنواعه، وتفيد في حال السل الرئوي (منقوع ملعقة من الأزهار لكل كوب ماء، يستخدم ثلاث مرات في اليوم).
٢. تفيد في حالة تسمم الجسم من جراء التدخين (منقوع مقدار ملعقة كبيرة من الأوراق ثلاث مرات يومياً).
٣. تفيد في العلل العصبية إفادة واضحة (يستخدم منقوع الأوراق كما في البند السابق).

الاستخدام الخارجي:

١. يستخدم عصير النبات و الأوراق والجذور بعد تصفيته جيداً، مسحاً للوجه لغاية التجميل وإزالة التجاعيد مرة واحدة ليلاً ويغسل بعد ساعتين.
٢. كما يستخدم العصير السابق في حالة الإصابة بالأكزيما.

ملاحظة: يصفى الناتج من العصير أو المغلي جيداً قبل الاستخدام، بسبب احتوائه على وبر حريري، الذي قد يعمل على تهيج الحنجرة شرباً.

حشيشة الدود

حشيشة الشفاء – حشيشة الملوك

نبات كثير الانتشار في البراري وقرب المستنقعات وعلى جوانب الطرق البرية، سميت بحشيشة الدود لأهميتها في طرد الحشرات المختلفة، كما تقتل وتطرد الدود من البطن.

الأجزاء المستخدمة من النبات: الأزهار والبذور.

تستخدم في الداخل:

١. لتسهيل الهضم: مقدار ربع ملعقة صغيرة من الأزهار الجافة لكل كوب من الماء مرتين يومياً بعد الطعام بربع ساعة – عدم الاستمرار على هذا العلاج لفترات طويلة.

٢. تضاف إلى عجين الخبز، وعجة البيض، بكميات قليلة كتابل حيث يستفاد منها لتطهير الجهاز الهضمي وفتح الشهية.

٣. تعمل على طرد الغازات والأرياح من البطن، كما تدر الطمث وتزيل آلامه، بالمقادير السابقة في البند الأول.

٤. تطرد الدود من الأمعاء، وذلك بشرب منقوع الأزهار على الريق مع الامتناع عن تناول الطعام بعد ذلك لمدة ساعتين، (نصف ملعقة من الأزهار لكل كوب ماء، يعمل بهذا على ثلاثة أيام على التوالي).

الاستخدام الخارجي:

١. تطرد الذباب إذا علقت باقة منها في سقف المنزل، كما تطرد البراغيث والعثة في المكان الذي تعلق به مثل الخزائن وأماكن تواجد الحيوان.

تحذير: تستخدم بحذر، ويجب عدم تجاوز المقادير المحددة.

حشيشة الأثداء

دجاجة سمينة - العشبة المطهرة

تتميز هذه النبتة بتفتح أزهارها في الصباح ثم تنغلق في المساء.

أطلق عليها اسم نبتة الأثداء، بسبب خواصها النافع في فتح الأثداء المسدودة عن المرضعات.

الأجزاء المستخدمة في النبات: الأوراق.

الخصائص العلاجية للنبات في العلاج الداخلي:

١. استخدام أوراق النبتة الغضة كَسَلَطَة تعمل على تخفيض نسبة السكر في الدم.

٢. يستفاد منها كمُلَيِّن في حالة الإمساك، إذا مُضِغ بعض الأوراق على الريق كما تعمل على الإسهال إذا تناولت بكمية أكبر.

٣. يفيد معسول عصارة أوراق النبات في أمراض الكبد (ملعقة من المعسول ثلاث مرات في اليوم الواحد).

الاستخدام الخارجي للنبات يفيد في:

١. تُسحق الأوراق الطازجة وتوضع على الأثداء المحتقنة، كما تفيد في حالة التهاب حلمات الثدي بسبب الإرضاع.

٢. تُغلى عصارة النبات في الزبد غير المُمَلَّح لبضع دقائق حيث تُستخدم في كافة التسلخات الجلدية.

حرف بري

حشيشة القديسة - جرجير الأرض - حشيشة النجارين

سميت بحشيشة النجارين لما كان النجارون يستخدمونها عند إصابتهم بالجروح حيث يبادرون بوضع أوراق الحشيشة الغضة على جروحهم فتسارع في شفائها.

الأجزاء المستخدمة من النبتة : الأوراق الغضة ، والبذور ، أما الأوراق الجافة فتعد من الناحية العلاجية عديمة الفائدة.

الاستخدام الداخلي :

١. تعتبر من النباتات المضادة لداء الأسقربوط لغناها بفيتامين C لذا تستعمل مع السَلَطة بجوار الخضراوات الأخرى.
٢. تفيد في حالة الإصابة بالحصوات والرمال الكلوية ، ملعقة كبيرة من معسول النبات تذاب في كوب من مغلي الشعير.
٣. تستعمل كعلاج في حال النقرس ، ولإدرار البول ، ملعقة من خل البذور تذاب في كوب من الماء وتشرب ثلاث مرات يومياً (لعمل الخل : تسحق البذور وتوضع في إناء زجاجي وتغمر بالخل الأبيض لمدة أربعة عشر يوماً ، ثم تُصفى وتستعمل ، ٥٠ غراماً من مسحوق البذور في ٢٠٠ غرام من الخل).

الاستعمال الخارجي :

- تستعمل أوراق النبات الطازجة في الجروح النازفة والمتقيحة (ترض الأوراق قليلاً ثم توضع على الجروح ثم تضمد ، على أن يغير على الجرح كل ست ساعات).

حشرف السطوح

أنبوب الراعي - مخلدة السطوح - لحية جوبيتر

توجد هذه النبتة وتتكاثر بين الجدران القديمة وفي الجبال الصخرية والسهول، كثيرة الانتشار تشبه الأرضي شوكي (الحرشف) شكلاً.

الأجزاء المستخدمة من النبات: الأوراق الطازجة.

يستعمل النبات من الداخل في الحالات التالية:

١. يستعمل في حالة الإسهال: تغلي الأوراق لمدة ربع ساعة ثم تشرب على فترات (٥٠ غراماً من الأوراق لكل لتر من الماء).

٢. كما يُستخدم مضاد للتشنج (بنفس الطريقة والمقادير السابقة).

الاستخدام الداخلي:

١. يستخدم لقلع الثالول ومسمار القدم بوضع قطنة مغموسة بالعصارة على المنطقة المصابة وتضمد عليه على أن يغير عليه كل ست ساعات.

٢. ما في حالة تشقق القدمين واليدين (يُعصر مقدار ملعقة من الأوراق الطازجة وتخلط بضعفيها من الغرسلين وتمسح بها المنطقة المصابة مرة واحدة ليلاً.

٣. كما يستخدم في حالة الحروق بخلط عصارة النبات الطازج بالعسل، دهناً على المنطقة المصابة يغير عليها مرتين يومياً (٣٠ غراماً من العصير في ١٠٠ غرام من العسل).

٤. وفي حالة الجروح المتقرحة ترض الأوراق قليلاً وتضمد به الجروح، يغير عليها كل ست ساعات.

٥. ويستخدم عند الإصابة بالبواسير وعقص الحشرات دهناً بالمركب التالي (٥٠ غراماً من الزبد و٣٠ غراماً من العصير، يعمل الجميع على نار هادئة حتى يتم طرد أكبر كمية من الماء فيه، ثم يُبرد ويستعمل عدة مرات في اليوم الواحد).

البنفسج

فرمسة [بلاد فارس] - أين [اليونان]

توجد منها عدة أنواع مختلفة الألوان، لكن أكثرها فائدة ما كان لون زهرها يميل إلى اللون البنفسجي.

الأجزاء المستخدمة من النبات: الأوراق والأزهار.

تستعمل النبتة في العلاج الداخلي لعلاج عدة أمراض أهمها:

١. تعتبر كعلاج مضاد ومهدئ للسعال، كما تطرد البلغم الناجم عن أعراض السعال (منقوع ملعقة من الأزهار لكل كوب من الماء).
٢. تُستعمل في حالة عسر الهضم (منقوع الأزهار بعد وجبات الطعام بربع ساعة).
٣. يُستعمل منقوع الأوراق في أمراض الروماتزم (منقوع مقدار ملعقة كبيرة من الأوراق ثلاث مرات يومياً).
٤. يُعتبر منقوع الأزهار ملين بمقادير بسيطة، ومقيئة بمقادير أكبر.
٥. يدعي البعض أن استخدام منقوع الأزهار شرباً واستنشاقاً لبخاره المغلي، مع وضع الكمادات منه على الحنجرة يشفي مرض سرطان الحنجرة بعد شهرين من هذا الاستخدام[1].

الاستعمال الخارجي:

١. تستعمل بشكل منقوع في حالة التهاب العيون (يُنقع مقدار ملعقتين، واحدة من الأزهار وأخرى من الأوراق في كوب من الماء المغلي ثم تترك حتى تبرد ثم تستعمل بشكل كماد للعين المصابة عدة مرات يومياً).
٢. يستعمل زيت الأزهار علاجاً للعديد من الأمراض الجلدية.

---

(١) نقلاً عن كتاب معجم النباتات الطبية — د. حسان قبيسي.

برباربس شائك

عود الريح – عقدة [مصر] – غرم [اليمن] حميض الغابات – زرشك [فارسية]

يسمى النبات في بلاد الشام بالحميض نسبة إلى أثر الخل أو الحامض الذي يتركه مذاق النبات عند مضغه.

الأجزاء المستخدمة من النبات : الثمار ، والأوراق ، قشر الجذر الغض.

الاستعمال الداخلي :

١. معسول الثمار الناضجة تستخدم للغايات التالية :

- لتنقية الدم (ثلاث ملاعق كبيرة موزعة في اليوم الواحد).
- قابض في حالة الإسهال تذاب ملعقة من المعسول في منقوع الميرمية ثلاث مرات يومياً.
- اختلال وظائف الكبد.
- يفيد في حالة الإصابة بالملاريا.

٢. يستخدم لحاء الجذر الغض بمقدار ٣٠ غراماً ثلاث مرات يومياً للحالات التالية :

- في حالة ارتفاع الحرارة.
- مدر للصفراء.
- مُليِّن في حالة الإمساك ومُسَهِّل عند تناوله بكميات أكبر.

٣. منقوع الأوراق تستخدم مضادة لداء الحفر (الأسقربوط) وارتفاع الضغط ، والنقرس ، وحصى الكلى (منقوع مقدار ملعقة كبيرة من الأوراق لكل كوب من الماء).

حشيشة القرعان

سنجد [فارسية] – حشيشة القرعان [بلاد الشام] – الباطاسيطس [لاتيني]

نبات يعيش في تجمعات كبيرة على جوانب الأنهار والبحيرات والأماكن الرطبة، أوراقه الناضجة تشبه القبعة، لذا جاءت تسميتها بحشيشة القرعان، لما يجب أن يغطي الأقرع رأس بقبعة شبيهة بهذه الأوراق.

الأجزاء المستخدمة من النبات: الأوراق، والأزهار، والجذور.

الاستخدام الداخلي للنبات يعالج الحالات التالية:

١. التهاب القصبات الهوائية، ولطرد البلغم (منقوع ملعقة من الأوراق والأزهار الجافة لكل كوب ماء ثلاث مرات في اليوم).
٢. يدر البول ويطهر المجرى البولي (المنقوع السابق).
٣. يدر الطمث المعسر ويخفف آلامه (منقوع الأوراق والأزهار).
٤. مضاداً للتشنج (منقوع الجذر الجاف مقدار ملعقة لكل كوب ماء).

الاستخدام الخارجي:

١. يُستخدم مرضوض الأوراق الطازجة بشكل كمادات لمداواة الآلام المفصلية ولشفاء الجروح المتقيحة.
٢. يُستخدم محلول النبات في التخفيف من آلام الأعصاب.
٣. مغلي أوراق النبات والأزهار المسحوقة والجافة في الزبد غير المملح يستخدم كعلاج في حالة تحسس الجلد وتهيجه (٥٠ غراماً من النبات + ١٠٠ غرام من الزبد).
٤. يُستخدم مركباً مع شمع النحل في علاج تشقق القدمين والأكزيما والصماط (٥٠ غراماً من الزيت و٣٠ غراماً من شمع النحل يعمل الجميع على نار هادئة).

٥. يخلط بزيت الثوم ليستخدم في طرد حشرات الرأس ١٠٠ غرام من زيت البابونج و٤٠ غراماً من زيت الثوم، يستخدم دلكاً لفروة الرأس والشعر مرة واحدة ثلاثة أيام على التوالي).

ملاحظات:

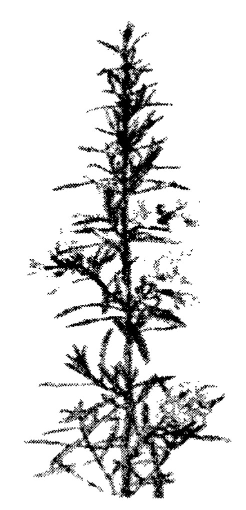
- يمنع استخدامه للعصبيين فإنه يسبب التهيج العام والقلق.
- عدم استخدامه بين وجبات الطعام أو بعدها مباشرة، بل يتم تناوله في فترات بعيدة عن وجبات الطعام.

الحندقوق

إكليل الملك - ذرق - حنتم

نبتة معروفة عند القرويين وسكان البادية، تنبت في الأراضي المزروعة، والأراضي الكلسية، وبين الأنقاض والحصى.

ورغم أن هذا النبات كثير المنفعة للإنسان من الناحية العلاجية، إلا أنه شديد الضرر في الحيوان إذا وقع في طعامه.



الجزء المستخدم من النبات: الأزهار والأوراق.



يستخدم منقوع النبات في العلاج الداخلي (ملعقة صغيرة من الأوراق والزهور لكل كوب من الماء المغلي) للغايات التالية:

١. المغص المعوي.
٢. ألم الأعصاب.
٣. التهاب القصبات الهوائية.
٤. التوتر العصبي.

٥. لإدرار البول، وتطهير المسالك البولية.
٦. كما يفيد في حالة اليرقان، والاستسقاء.
٧. مضاد للتشنج.
٨. يفيد في حالة التسمم الناجم عن التدخين.
٩. لتهدئة الأعصاب، والأرق.

الاستخدام الخارجي :

١. يفيد منقوع الأوراق والأزهار بشكل كمادات في حالة التهاب الملتحمة والعيون والجفن.
٢. كما تستخدم عصارة النبات عند ظهور الدوالي (مسحاً للمنطقة المصابة).

ملاحظة:

يجب عدم المداومة على شرب النقيع لفترات طويلة : لاعتقاد البعض بوجود مواد سامة في النبات، رغم عدم وجود دليل علمي على ذلك.

خشخاش منثور

شقيق، شقائق النعمان [الشام] - خشخاش الحقول

ينبت في الحقول، وعلى حواف الطرق، وفي الجبال المزروعة، موطنه الأصلي حوض البحر الأبيض المتوسط.

الأجزاء المستخدمة من النبات : بتلات الأزهار المجففة.

يستخدم النبات بمقدار ٣٠ غراماً من بتلات الأزهار الجافة بشكل منقوع في الماء المغلي لكل لتر من الماء (ويشرب بمعدل كوب واحد ثلاث مرات يومياً عند اللزوم) حيث يستخدم للحالات التالية :

١. في حالة تشنجات الأعصاب.

٢. يعتبر مليناً في حالة الإمساك.
٣. في حالة التهاب القصبات الهوائية، السعال، التهاب اللوزتين والحنجرة.
٤. كما يفيد في حالة الأرق، وقلة النوم.
٥. مهدئ عام، كما يستعمل في حالة المغص المعوي.

- يستخدم النبات من الخارج في مجال التجميل بشكل مركب مع غيره من الأعشاب.
- يحذر تجاوز الجرعات المحددة، فقد يصبح النبات ساماً.

الخلة الرملية

خلة شيطانية [الأردن وبلاد الشام - السدا [العراق]

تشابه بذور هذا النبات إلى حد ما بذور الخلة البلدي المعروف التي تستخدم في العادة في علاج أمراض الكلى (الحصوات والرمال الكلوية) إلا أن الخصائص العلاجية التي تحتويها بذور الخلة الشيطاني تنفرد وتتميز عن غيرها بسمعتها الطبية في علاج أمراض البهاق والصدفية، وبعض الأمراض الجلدية، حيث تمكن أحد الخبراء المصريين من استخراج المادة الفعالة من البذور وهي (الأمويدين) حيث توفق هذا الخبير في صناعة دواء فعال بشكل مستحضر صيدلاني يعالج مرض الصدفية(1).

كما تستعمل بذور الخلة من الداخل للحصول على لون أسمر للبشرة، ولكن قد يشكل هذا النوع من الاستخدام بعض الخطورة على صحة الإنسان.

الأجزاء المستخدمة من النبات: البذور بعد اكتمال نضجها.

يستخدم منقوع البذور من الداخل: (منقوع ٢٠ غراماً من البذور لكل كوب من الماء المغلي، مرتين يومياً).

(١) الدكتور المصري: حامد أبو شادي، أجرى دراسة على بذور الخلة واستخلص منها دواء صيدلاني يباع في الأسواق.

١. لطرد الغازات من البطن، والمغص المعوي.
٢. تساعد على الهضم.
٣. في حالة عسر الطمث، وما ينجم عنه من ألم.
٤. العلل الجلدية وخاصة البهاق، والصدفية.

الاستخدام الخارجي:

يقتصر استخدامها الخارجي في أمراض البهاق والصدفية، فهي مجدية في مثل هذه الأمراض دون غيرها من النباتات، ولهذه الغاية يركب المستحضر التالي:

يسحق مقدار ٧٠ غراماً من بذور النبات الجافة بشكل ناعم، ثم تخلط بمقدار ٥٠ غراماً من زيت الحبة السوداء، و٥٠ غراماً من الفازلين، ثم يوضع الجميع على نار هادئة ويحرك لمدة نصف ساعة، وبعدها تُنزل المُركَّب عن النار، حيث يُصفّى بواسطة الشاش المعقم، ثم يستخدم دهناً للمنطقة المصابة عدة مرات في اليوم.

على أن يتم استخدام منقوع البذور من الداخل كما وضحنا سابقاً إلى جانب الاستخدام الخارجي حتى يتم الحصول على افضل نتيجة.

وقد تستمر المعالجة طويلاً حتى الحصول على الشفاء، قد تصل لفترة شهرين أو ثلاثة مع العلم أن الاستجابة إلى العلاج يختلف من شخص إلى آخر.

ملاحظات[1]:

- قد يسبب الاستخدام الخارجي بعض الإزعاج بعد استعماله بأسبوع، يتمثل بالحكة المصاحبة بتقشر في الجلد في المنطقة المصابة، وقد تعتبر مثل هذه الأعراض طبيعية للحصول على الشفاء، إذا لم تصل إلى حد الإدماء (نزول الدم) وعند حدوث ذلك يتم استخدام زيت الخروع ليلاً (دلكاً) للمنطقة المصابة، ويقتصر استعمال المركب أثناء النهار فقط.

(١) ملاحظات خاصة بتجارب المؤلف.

- قد تسبب الجرعات الزائدة في العلاج الداخلي التقيؤ عند البعض، لذا ينصح بتخفيف كمية البذور المنقوعة عن المقدار المذكور سابقاً بحسب قبول الجسم له.
- يباع عند بعض العطارين مطحون أوراق النبات مع بذوره، وهنا يجب أن نوضح أن الأوراق عديمة الجدوى في العلاج.

عشبة البواسير

الخنازيربة العقداء

سميت بعشبة البواسير، بسبب استخدامها الشائع كعلاج فعال ضد البواسير حيث تخفف ألم الباسور وتزيل احتقانه عند المصابين بهذا المرض، وفي الوقت الحاضر أُكتشفت خصائص شافية أخرى للنبات، فقد تم اكتشاف مادة خافضة للسكري في جذور النبات.

الأجزاء المستخدمة من النبات: النبتة كاملة.

يفيد استخدم النبات من الداخل المصابين بالأمراض التالية:

١. مرضى السكري: يغلى ٢٠ غراماً م الجذور لمدة خمس دقاق في لتر من الماء ثم تصفى وتشرب بمعدل ثلاثة أكواب في اليوم.
٢. ينشط إفراز الصفراء ويصلح من اعتلال الكبد: يستعمل المغلي السابق بنفس المقادير المحددة.
٣. في حالة التبول اللاإرادي: تنقع الجذور في الخل الأبيض لمدة ١٤ يوما، ثم تصفى وتستعمل ملعقة صغيرة في كوب من الماء ثلاث مرات يومياً (٥٠ غراماً من الجذور تنقع في ٣٠٠ غرام من الخل).
٤. لتنقية الدم: يستعمل الخل المذكور سابقاً بنفس المقادير المحددة.

الاستخدام الخارجي :

١. لعلاج البواسير: يعمل مغطس من الماء الدافئ بمغلي جذر وأزهار النبات (١٠٠ غرام من النبات لكل لتر من الماء).
٢. لإنضاج الدمل : يضمد الدمل بمنقوع مغلي النبات (المقادير حسب البند الأول).
٣. لإزالة النمش : يغلى مقدار من الجذور في كوب من الماء ثم يمسح الوجه بواسطة القطن بلطف مرة واحدة ليلاً (٢٠ غراماً من الجذور لكل كوب ماء).

تحذيـــر:

- يستخدم النبات كعلاج لمدة محدودة لا تتجاوز ٢٠ يوماً في كافة الاستخدامات مع الالتزام بالمقادير المحددة.
- يمنع استعماله من قبل المصابين بأمراض القلب لوجود مادة به قد تسبب اضطرابات قلبية غير محمودة.

ذيل الحصان

كنباث – شيالة – حشيشة الطوخ

تتميز هذه النبتة بأنها لا تحمل بذوراً ولا زهوراً، كما تتميز بوجود نوعين لها من السيقان أحدهما يمكن استخدامه في العلاج، والآخر عديم الجدوى (عقيم) من الناحية العلاجية وهو الساق الأحمر، أما الساق الأخضر فهو المعني في العلاج.

الجزء الطبي من النبات : الأغصان الخضراء بعد تجفيفها.

يستخدم مغلي الجذر الجاف في علاج الأمراض التالية (٢٠ غرام من الجذور لكل كوب من الماء):

١. قابض في حالة النزف المعوي.
٢. مطهر عام في حالة التهاب الكلى والمثانة.

٣. يستعمل لطرد الحصوات والرمال الكلوية.
٤. يدر البول، ويفيد في حالة (البولة) وجود الدم في البول.
٥. يدر الطمث، كما يحسن من أداء الدورة الشهرية عند النساء.
٦. يفيد في حالة فقر الدم، لغنى النبات بالمعادن.

الاستخدام الخارجي:

١. مغلي الجذور: تستخدم بشكل كمادات في حالة التهاب العيون.
٢. ترض الأغصان الغضة وتضمد بها الجروح النازفة.
٣. تعصر الأغصان الغضة ثم تصفى وبعدها تقطر في الأنف النازف.
٤. كما يستعمل مغلي الجذور في حالة التهاب جوف الفم والأسنان (مضمضة) عدة مرات يومياً.

كراث

نبات شائع الاستعمال في البلاد الغربية، قليل الاستعمال في البلاد العربية، ولو عرف مزاياه وفوائده ما خلت منه مائدة طعام لما احتوى من فوائد.

يحتوي الكراث على فيتامين (ب) و(ث) ومن المعادن كميات وافرة من الحديد والكلس، والفوسفور، والمغنيزيوم، والبوتاسيوم، والكبريت، كما يحتوي على زيت الكبريت بكميات كبيرة، مما يجعل الكراث ميزة يحتل فيها درجة مرموقة بين النباتات المدرة للبول.

يستعمل النبات كعلاج وغذاء ووقاية من العديد من الأمراض لذا يوصف تناول الكراث للحالات التالية:

١. يوصف في حالة عسر الهضم حيث يقوي المعدة ويعينها ويجعلها بعد حين أكثر تقبلاً للطعام من ناحية، ومن جهة أخرى يعمل كَمُلّين فيطرد الفضلات من المعدة والأمعاء التي تعسَّر عليها ذلك.
٢. يوصف في حالة الإصابة بالروماتزم والتهاب المفاصل.
٣. يساعد على طرد الحصى والرمال الكلوية، والمغص الكلوي.
٤. يطهر المجرى البولي ويُدِر البول حيث يوصف في حال الإصابة في (البولينا) وشح البول.
٥. يوصف في حالة الإصابة بالرشح، والسعال الديكي (بشرب عصير الكراث المخلوط بالعسل بكميات متساوية بمعدل فنجان صغير ثلاث مرات في اليوم)
٦. كما تنفع الوصفة السابقة في حالة الإصابة بنقص الإفراز الكلوي، وتصلب الشرايين.

أما استخداماته في العلاج الخارجي فيفيد في الحالات التالية:

١. في حالة التهاب البلعوم يغلي الكراث لمدة عشر دقائق، ثم يعمل غرغرة بالمغلي عدة مرات في اليوم.
٢. عند الإصابة بالباسور يغلى ما يقدر بـ عشر أوراق في ستة لترات من الماء لمدة نصف ساعة ثم يوضع الناتج في مغطس، يجلس فيه المصاب مدة ربع ساعة، فيقدر الله الشفاء من هذا البلاء بعد ثلاثة مغاطس بإذنه سبحانه تعالى.
٣. لعلاج الثالول ومسمار القدم: يدق ورق الكراث ويوضع في قطنة صغيرة وتغمس بالخل، ومن ثم يضمد به على المنطقة المصابة ليلاً ويبقى حتى الصباح (فقد لا يحتاج المصاب إلى تكرار العمل مرة ثانية، فالنبات سريع النتائج في هذه الحالة).
٤. في حالة عسر البول توضع لبخة من الأوراق المغلية بالزيت، على أسفل البطن فتدر البول سريعاً.
٥. كما يعمل لبخة من لأوراق المرضوضة قليلاً، على أن توضع بعدها بين قطعة كتان ويضمد بها العنق بلطف في حالة التهاب البلعوم.

٦. لإنضاج الدمل: ترض الأوراق وتجمع بقدر ما يحيط الدمل ثم يضمد عليه بشاش حول الدمل، (يبدل عليه كل ست ساعات).
٧. في حالة لسع الحشرات يدهن بعصير الأوراق الطازجة مكان اللسع.

كرفس الماء

جرجير الماء – أنس النفس

ينبت جرجير الماء حول جداول المياه والآبار والأماكن الرطبة

الأجزاء المستخدمة من النبات: النبتة كاملة بما في ذلك الجذور.

يستخدم النبات كعلاج وغذاء إذ يحتوي على معادن وفيتامينات هامة لجسم الإنسان مثل: فيتامين (ا) و(ب) و(ث) كما يحتوي على الصوديوم، والبوتاسيوم، والفسفور، والكلس.

لذا ينصح أكله في حال الإصابة بالعلل التالية:

١. المصابين بالروماتزم: تقطع النبتة كاملة ثم تسلق ويشرب ماؤها لمدة شهر على الأقل.
٢. كما ينفع الشراب السابق في حالة عسر البول، واليرقان، والمغص الكلوي والاستسقاء.
٣. وعند الإصابة بالحمى (وخاصة حمى الملاريا) يشرب ما يعادل ٢٠٠ غرام في اليوم من المشروب السابق.
٤. وفي حالة السعال، والتهاب القصبات الهوائية، وبُحَّة الصوت، يعصر مقدار ملعقة من النبات، ويخلط بمقدار مساوي له من العسل، على أن يتناول المصاب مقدار ثلاث ملاعق في اليوم.

٥. وعند الإصابة بالتهاب الفم واللوزتين، يمضغ الكرفس مع تركه قليلاً في الفم كما يعمل غرغرة بمغلي النبات.
٦. منقوع البذور تقوي المعدة، وتساعد على الهضم (منقوع مقدار نصف ملعقة صغيرة لكل كوب من الماء).
٧. يساهم أكل الكرفس في اتزان الجهاز العصبي، لما يحتويه من مواد هامة تساعد الجسم على القيام بواجباته المختلفة، لذلك يسمى الكرفس أحياناً (بأنه بقلة الانشراح).. من الخارج ترض الأوراق قليلاً: ثم تستخدم بشكل ضماد على الجروح النتنة فيساعد على شفائها.

كشمش أحمر

عنب النصارى

ثمار الكشمش الأحمر، غنية بالغذاء، كما هي غنية بالدواء، إذ يحتوي النبات على قائمة كبيرة من المعادن، والفيتامينات: مثل فيتامين (أ) و(ب١) و(ب١٢) و(ث) ومن المعادن يحتوي على: البوتاسيوم، والكالسيوم، والحديد، والفسفور، والبروم كما يحتوي على حامض الليمون، وحامض التفاح، وحامض السوكسينيك، ومادة لعابية، ومادة البكتين.

استخدامات الكشمش: الطبية:

رغم أن الثمار تعد من الثمار الشافية، إلا أنه يغيب عن البال أحياناً أن الاستخدام الطبي لبعض النباتات يحتاج إلى تناول العلاج لفترة من الزمان حتى يأتي بنتائجه الإيجابية الشافية وحتى نستفيد من هذا الاستعمال، يعمل المعسول التالي لاستعماله في علاج عدة أمراض.

طريقة عمل المعسول: يجمع مقدار من الثمار الناضجة الخالية من العيوب ثم تغسل وتجفف ثم تعصر وتصفى حتى يتم الحصول على ٤٠٠ غرام من الناتج الصافي.

يخلط العصير بمقدار مساوٍ له من العسل الجيد ويفضل العسل الأسود ثم يوضع على نار هادئة حتى نصل إلى درجة الغليان، حيث يزال في هذه العملية زبد الماء المتجمع عل وجه المزيج حتى ينتهي، ثم يُبَرَّد في آنية زجاجية، ثم يستعمل بمعدل ثلاثة ملاعق كبيرة موزعة على اليوم الواحد.

فيفد هذا المعسول في الأمراض التالية:

١. يُدر البول، ويفيد المصابين بالنقرس والروماتزم، والتهاب المفاصل.
٢. يفيد في حالة قصور الكبد واحتقانه، واليرقان، والاستسقاء.
٣. كما يفيد في حالة التهاب الجهاز الهضمي، وكسل الأمعاء، وفتح الشهية للطعام.
٤. لا ضرر في تناوله عند مرضى السكري لاحتوائه على سكر الفاكهة حيث لا يسبب هذا السكر أتعاباً لمرضى السكري.
٥. يستعمل لتنقية الدم، كما يقضي على الإسهال لوفرة حامض التانيك فيه.
٦. ينفع في أمراض التهاب الشعب الهوائية، وأمراض الشتاء (الأنفلونزا) لغناه بفيتامين (ث) يفوق بما يقارب عشرة أضعاف ما في الليمون الحامض.

تستخدم أوراق الكشمش كعلاج في:

١. في حالة التهاب المعدة وقرحاتها، يغلى مقدار ٣٠ غراماً من الأوراق + ٣٠ غراماً من جذور عرق السوس في لتر من الماء لمدة خمس دقائق ثم يُصفى ويشرب بمعدل ثلاثة أكواب يومياً.
٢. ترض الأوراق الخضراء وتوضع على الأورام والخراج بشكل ضماد فتشفيها.

يستخدم زيت لب نوى الثمار: دلكاً للوجه عدة مرات في الأسبوع لإزالة التجاعيد ولزيادة نضارته ورونقه.

ملاحظات:

- عدم طبخ الثمار بأواني معدنية، خوفاً من تفاعل الأحماض الموجودة بالثمار بالمعدن مما يولد سموماً في جسم الإنسان عند أكله.
- زيت لب نوى الكشمش سامة في الاستخدام الداخلي.

لفت

سلجم - شلجم

يعد اللفت من أغنى البقول بالمعادن، والفيتامينات إذ يحتوي على الفسفور، والكبريت والماغنسيوم، والبوتاس، واليود، والزرنيخ، كما يحتوي على فيتامين (أ) و(ب) و(ث).

كما توجد في أوراقه وبذوره خصائص معدنية وعلاجية هامة.

الخصائص العلاجية:

١. يعتبر اللفت مقوٍ عام لوفرة المعادن والفيتامينات به، كما يعتبر مبيداً للجراثيم لاحتوائه على زيت الكبريت؛ لذلك يعتبر من أفضل الأغذية التي تعالج مرض السِّل، كما يُقوي الدم، ويُفيد في حالة الانحطاط والوهن.
٢. كما أن شرب عصير اللفت، يفيد في الآفات الجلدية مثل: حب الشباب، والدمامل والخراج (مقدار فنجان صغير من العصير مخلوط بالعسل مرتين في اليوم).
٣. مطبوخ شرائح اللفت بالحليب المحلى بالعسل علاج ناجح في علاج الأمراض الصدرية (والتهاب الحلق والبلعوم).
٤. مُغلي بذور اللفت مع بذور الشعير (ملعقة صغيرة من البذور وثلاث ملاعق كبيرة من الشعير لكل نصف لتر من الماء يغلى لمدة خمس دقائق)تدر البول، وتطرد الحصى والرمال الكلوية.

في الاستخدام الخارجي :

توضع لبخات من مطبوخ اللفت على المناطق المصابة بأمراض النقرس، الخراج، الدمل.

سفرجل

السفرجل من الفواكه المعروفة عند الجميع، فالكل منا تناول هذه الفاكهة، رغم أن البعض يجهل فوائد هذه الفاكهة وما تحتويه من قائمة علاجية هامة.

تحتوي الثمار الناضجة على العديد من المعادن والفيتامينات أهمها :

المعادن : تحتوي على الماغنيزيوم، والفسفور، والكالسيوم، والبوتاسيوم، والحديد، والنحاس، والكبريت كما تحتوي على التانين، والبيكتين.

الفيتامينات : تحتوي على (ب) و(ب . ب) وبروفيتامين (أ).

يستعمل كعلاج في الأمراض الداخلية لعدة أمراض أهمها :

١. مغلي السفرجل وعصيره يفيد في أمراض السل، وعلل الرئة، ولتقوية الأطفال.
٢. يطرد الغازات، يعالج عسر الهضم (مقدار نصف كيلو من معسول السفرجل يضاف إليه، مقدار ٢٠ غراماً قرفة، و٤٠ غراماً مسحوق القرنفل) يتناول المصاب ملعقة صغيرة ٣ مرات يوماً.
٣. ولعلاج السعال، والتهاب القصبات الهوائية (يطبخ السفرجل والتين في الماء المغلي ساعة من الزمان ثم يُهمك بمائه ويؤكل على فترات خلال اليوم).
٤. كما يفيد منقوع الأزهار في علاج السعال، والأرق (منقوع مقدار ملعقة صغيرة لكل كوب ماء) ثلاث مرات يومياً.

٥. في حالة الإسهال والدزنطاريا (تؤكل قشور الثمار أو تستخدم منقوع القشور الجافة في الماء المغلي).

الاستخدام الخارجي :

١. منقوع القشور في ماء الكولونيا : (٥٠ غراماً من القشور في ١٥٠ غراماً من الكولونيا) تنقع لمدة أربعة عشر يوماً ثم تصفى وتستعمل مسحاً للوجه مساء ، لإزالة التجاعيد من الوجه.

٢. لعلاج الحروق البسيطة ، وتشققات الأثداء والبواسير (تغلي مسحوق البذور في كوب من الماء حتى يصبح عندنا مزيج هُلامي ، يصفى ويستعمل لطوخاً على المناطق المصابة).

البقلة الحمقاء

الرجُلة – الفرفحين

نبتة معروفة عند القرويين ، حيث كان السلف يعرفون بعضاً من خصائص هذا النبات ، وكان القرويون يقطفون هذا النبات ويحفظونه بالزيت ليستخدم وقت الحاجة :

يحتوي النبات على : مواد لعابية وفيتامين (ب) و(ث) ومواد هامة أخرى.

الأجزاء المستخدمة في العلاج : الأوراق والبذور.

يُنصح بتناول النبات عند الإصابة بالأمراض الداخلية التالية :

١. في حالة الإصابة بداء الحفر (الأسقربوط).

٢. لطرد الدودة الوحيدة.

٣. في حالة النزف الدموي بشكل عام، وفي حالة وجود البول في الدم بشكل خاص حيث يوجد في النبات مادة لها خصائص مخثرة للدم.
٤. تُدِر البول، وتطرد الرمل والحصى، من الجهاز البولي.
٥. تستعمل في حالة احتقان الطحال والاستسقاء.
٦. تفيد في جميع متاعب والتهاب الجهاز الهضمي.
٧. لطرد الأَرَق، وجلب النعاس.
٨. ينقي الدم ويخلصه من بعض السموم.
٩. تعتبر علاجاً ناجعاً في مرض الشقيقة.
١٠. كما يستعمل مغلي البذور بالحليب لطرد الدودة الوحيدة (٢٠ غراماً لكل لتر. يغلي لمدة عشر دقائق ثم يصفى ويستعمل).

العلاج الخارجي:

١. ترض كامل النبتة الطازجة دون الجذور، وتستعمل لطوخاً في حالة الحروق والبثور والخراجات.
٢.

خيار

الخيار من النباتات المعروفة الغنية عن التعريف، استخدم في مجال التجميل، إلى جانب استخدامه كغذاء، تحتوي الثمار على فيتامين (ث) ومواد مرطبة تقضي على العطش(الظمأ) كما يعتبر ملطف، ومنظف، للمعدة يطرد الفضلات منها، حيث يوصف في حالة تهيجات الأمعاء وذوي المزاج الصفراوي.

لكنه من الناحية الغذائية يعتبر قليل الغذاء لجسم الإنسان.

١. للبشرة الدهنية: يعصر الخيار ويصفى ويمسح الوجه بالعصير ثم يغسل بعد نصف ساعة.
٢. لعلاج النمش والكلف: تطبخ شرائح الخيار بالحليب لعدة دقائق، ثم يمسح به الوجه مساء ويغسل في الصباح.
٣. في حالة اتساع مسامات الوجه: تطحن كميات متساوية من بذور الخيار، والشمام والقرع ملعقة كبيرة لكل منهما ثم يطبخ الجميع في كوب كبير من الحليب حتى يتبخر النصف، ويترك حتى يبرد، ثم يصفى ويستعمل مسحاً للوجه، على أن يبقى على الوجه لمدة نصف ساعة، يم يمسح بقطنة مغموسة بماء الورد.
٤. ولنضارة الوجه وتألقه: يطبخ مسحوق اللوز الحلو، وبتلات الورد البلدي، عصير الخيار في الزبدة غير الملحة، على نار هادئة أو حمام مائي وهو الأصل، حتى يتم طرد أكبر كمية من الماء في المركب، ثم يصفى بواسطة الشاش الطبي ويبرد ويستعمل دهناً للوجه مرة واحدة ليلاً.

المقادير: (٥٠ غراماً من الزبدة + ٢٠ غراماً من عصير الخيار + ثلاث حبات من مسحوق اللوز + عدد ٣ من بتلات الورد).

البقدونس

نبتة معروفة تؤكل غذاءً وتوصف كعلاج في حالات فقر الدم، وضعف الأعصاب، وتوتر الأعصاب، وعُسر الهضم، واضطرابات التغذية، والديدان المعوية والوهن، وأمراض الملاريا، والروماتزم، وعسر الحيض، وضعف أداء المرارة وغير ذلك من أمراض.
الجزء المستخدم من النبات: النبات كاملاً، الأوراق، الساق، الأزهار، البذور.

يحتوي النبات على: فيتامين (أ) و(ب) و(ث) ومن المعادن: الحديد، والكالسيوم والفسفور، والمغنيزيوم، والصوديوم، والبوتاسيوم، واليود، والنحاس، والكبريت كما يحتوي على زيوت عطرية، ومواد أخرى.

الاستخدام العلاجي الداخلي:

١. لعلاج الربو والنزلات وبُحة الصوت: يغلى البقدونس بالحليب بعد تقطيعه، ثم يُصفى ويُحلى بالعسل ويُشرب.
٢. لطرد الدود من البطن، يغلى البقدونس والثوم بالحليب ويشرب على ثلاثة أيام على التوالي في كل يوم كوب واحد صباحاً.
٣. في حالة التسمم الكحولي: يغلى ٤٠ غراماً من البقدونس + ٥ غرامات من قشور الليمون في لتر من الماء لمدة عشر دقائق ثم يُصفى ويشرب بمدل ثلاثة أكواب في اليوم.
٤. يقدر الخبراء أن تناول البقدونس بشكل سلطة مع الخضار الأخرى يفيد في تنقية الدم وفقره، كما يقال أنه يقي من الإصابة بالسرطان (تناوله باعتدال).
٥. عصارة النبات بمقدار ٥٠ غراماً تستعمل في حالة الحمى، وخاصة الحمى الناتجة عن مرض الملاريا. (باعتدال وحذر).
٦. مغلي الأوراق والجذور (مقدار ٤٠ غراماً في نصف لتر من الماء) تفيد في:
   - في حالة احتباس البول.
   - اليرقان والاستسقاء.
   - احتقان الكبد والطحال.
   - تنظيم الدورة الشهرية وعسر الحيض وما ينجم عنه من ألم.

يستخدم من الخارج في الحالات التالية:

١. يستخدم بشكل لبخة على الثدي، في حالة احتقان الحليب عند المرضعات.
٢. كما تستخدم اللبخة في حالة الإصابة، بالرضوض، والجروح، المتقيحة والتسلخات الجلدية.
٣. عصارة النبات تستخدم مسحاً للوجه في حالة وجود الكلف، والنمش.

٤. كما تستخدم العصارة دهناً على مناطق لسع الحشرات.
٥. مغلي النبات يستخدم بشكل كمادات في حالة رمد العيون.
٦. لإنضاج الأورام الصلبة: يهرس مقدار ٥٠ غراماً من الأوراق، وفص واحد من الثوم ثم يضمد الجميع على الورم من المساء حتى الصباح.

ملاحظة:

وجود مادة (الأبيول) في البقدونس قد يعرض صحة البعض للخطر لذا يتناول البقدونس باعتدال وبحذر.

البندق

يعرف البندق بأنه من أغنى الثمار الزيتية على الإطلاق إذ تحتوي الثمار على نسبة ٥٠٪ من الزيت، وهذا الزيت يحتوي على فيتامين (F)، وفيتامين (E) العنصر الرئيسي المضاد للعقم والسكري.

كما يحتوي على نسبة ١٦٪ من وزنه على بروتين حيواني (متحول) وعلى مجموعة من المعادن مثل المغنيسيوم، والكالسيوم، والبوتاسيوم، والحديد، والفسفور، والكبريت ويتميز البندق أنه سهل الهضم والامتصاص.

الاستخدام الداخلي:

١. مضاد وقاتل للدودة الوحيدة: ملعقة من زيت الثمار على الريق لمدة أسبوعين على التوالي.
٢. المكسرات المكونة من البندق والجوز والعسل خير ما يستعمل للغايات التالية:
   - الضعف العام والوهن، والضعف الجنسي.
   - مضاد للشيخوخة المبكرة، ولتقوية الرياضيين، وأصحاب الأعمال الشاقة.

- يستعمل في مرحلة الحمل والإرضاع، ومرحلة النمو عند الأطفال.
- يعتبر غذاء جيداً لمرضى السكري، وأصحاب العلل الكلوية.

٣. يستخدم منقوع الأزهار ١٠ غرام لكل كوب من الماء المغلي لإزالة السمنة.

٤. منقوع الأوراق تستخدم لتنقية الدم (بضع وريقات لكل كوب من الماء المغلي) مرتين يومياً.

الاستخدام الخارجي:

١. لأمراض الروماتزم: تغلى أوراق البندق والجوز في زيت الزيتون لمدة عشر دقائق ثم تصفى ويدلك بها مناطق الألم.

٢. للجروح الملتهبة: تهرس أوراق وأزهار البندق ويضمد بها الجرح الملتهب.

٣. لحب الشباب: تغلى الأوراق والأزهار لمدة خمس دقائق، ثم تبلل قطنة بالناتج وتمسح بها مناطق الحب.

البندورة

طماطم

نبات زراعي منتشر في كافة أنحاء العالم، ينصح بتناول البندورة في حالة الوهن، والتسمم المزمن، وتصلب الشرايين، وآفات الأوعية الدموية، والتهاب المفاصل والنقرس والروماتزم.

يوجد في البندورة عدة معادن مثل: الكالسيوم، والفسفور، والمغنيسيوم، والكبريت وفيتامينات عديدة مثل: (أ)، (ب١)، (ب٢)، (ب٦)، (ب.ب)، (ث) (هـ).

يستحسن تناول عصير البندورة للاستفادة منها في العلل التالية:

١. لتزويد الأطفال بمجموعة الفيتامينات، والمعادن التي تحتويها وخاصة للضعفاء منهم.
٢. عصير البندورة الناضجة: تسهل الهضم، وتطرد الفضلات من الأمعاء.
٣. تفيد المصابين بالروماتزم، والرمال والحصى الكلوية، والنقرس.
٤. توصف للمصابين بالتهاب المثانة، والعلل الكبدية، والتهاب الأمعاء، والإمساك.
٥. توصف في حالة عسر البول.
٦. مقدار من عصير الكرفس يضاف إلى عصير البندورة (٣٠ غراماً لكل كوب من عصير البندورة) يعتبر مرمماً للخلايا ومقوياً للدم.

الاستخدام الخارجي:

١. لإزالة مسامير الأقدام والثالول: توضع عليها شرائح البندورة الخضراء، ويضمد عليه من المساء إلى الصباح.
٢. للأكزيما: تغلى أوراق البندورة بالزبدة غير المملحة ثم تصفى وتستعمل (٥٠ غراماً من الزبدة و٣٠ غراماً من الأوراق).
٣. للحبوب من الوجه: توضع عليها شرائح البندورة لمدة ربع ساعة، ثم تغسل بماء فاتر.

- لإزالة الحبر عن الأقمشة تدلك بعصير البندورة.
- تناول البندورة الخضراء عَسرة الهضم، وبعض الخبراء ينصح بعدم تناولها خضراء فقد تحدث تسمماً في جسم الإنسان!
- أثبتت الدراسات الحديثة بطلان الادعاء الذي يقول أن البندورة تضر المصابين بالروماتزم والنقرس، حيث أثبتت الدراسات جدوى البندورة في علاج مثل هذه العلل.
- يمنع تناولها للمصابين بأمراض السرطان.
- اختلف العلماء بتصنيف هذا النبات هل هو من الفاكهة أم من الخضراوات؟!

الجوز

شجرة كبيرة معمرة، مهدها الشرق الأدنى والهند، ثمارها مغذية جداً ومفيدة في أمراض الداء الخنازيري، ومضادة للسفلس، وملينة للأمعاء، وطاردة للديدان، ومفيدة في الآفات الجلدية، والعديد من الأمراض الأخرى.

الأجزاء المستخدمة في العلاج: الثمار والأوراق.

يحتوي الجوز على مواد وعناصر هامة مثل: الفسفور، والكالسيوم، والحديد، والكلس، والزنك، والنحاس، وفيتامين (أ) و(ب) و(ب.ب) كما أن الزيت المتوفر في الثمار لا يتحول في جسم الإنسان إلى الكولسترول لذلك فهو غير ضار بمرضى السكري وتصلب الشرايين.

تستخدم الأوراق الجافة في علاج الأمراض التالية:

١. مغلي الأوراق: (٧٥ غرام لكل لتر من الماء، تغلي لمدة خمس دقائق ثم تصفى). وتستعمل غسولاً للأمراض التالية:
   - القروح، والجرب، والقراع.
   - تشققات اليدين والأكزيما.
   - غسولاً في حالة وجود القشرة في الرأس.
   - يستخدم دوشاً مهبلياً في حالة الالتهابات الرحمية.

٢. عصير أفنان الجوز الغضة توضع على المسامير والثالول بشكل ضماد فتزيلها.

كتان

نبات مزروع يبلغ ارتفاع ساقه البالغ نحو المتر، بذوره صغيرة ملساء سمراء، لون زهره يتراوح بين الأحمر الفاتح والأحمر الغامق.

المواد الفعالة: الزيت في البذور الناضجة.

تستعمل البذور في العلاج الداخلي للحالات التالية:

١. تغلى ملعقة من البذور المسحوقة في كوب من الماء حتى يتبقى النصف من الماء ثم يصفى ويشرب بمعدل كوبين في اليوم ويستعمل للأمراض التالية:
   - التهاب الجهاز التنفسي، السعال، والأعراض الناجمة عن مرض الحصبة.
   - تشنجات الجهاز الهضمي، والإمساك.
   - الألم الناجم عن قرحة المعدة.
   - نوبات المغص الناجمة عن الحصاة في الكلى والمرارة.

٢. كما يمكن إنزال الحصاة من الكلى ذات الحجم الصغير إذا تناول المصاب ثلاث ملاعق من زيت الكتان مع عصير ليمونة واحدة في كل صباح لمدة كافية.

الاستخدام الخارجي:

١. تستعمل لبخات بذر الكتان لمعالجة ألم التهاب المعدة، والتهاب الغدة النكفية (أبو كعب).

٢. كما تستخدم اللبخات ضماداً في حالة الدمامل الصلبة والقروح.

٣. يستعمل زيت الكتان في معالجة الحروق (٥٠ غراماً من الزيت يخلط في ١٠٠ غرام من العسل النقي) يوضع على الحرق ويمكن تضميده بشاش طبي معقم.

٤. كما يستخدم في حالة الحريق بالشكل التالي (يخط ٥٠ غراماً من الزيت مع زلال بيضتين ثم يوضع بلطف على الحرق).

كروياء

تعرف بلاد الشام باسم كراويا، نبتة تنمو في الأراضي الجافة وعلى حواف الطرق.

الجزء المستخدم من النبات: البذور.

تستخدم البذور كعلاج من الداخل: بشكل منقوع ملعقة صغيرة لكل كوب من الماء المغلي في حالة الإصابة بالأمراض التالية:

١. مغص البطن، ولطرد الغازات من الأمعاء.
٢. اضطرابات القلب الناجمة عن انتفاخ البطن الغازي.
٣. يعطي للنساء بعد الوضع لإدرار الحليب.
٤. يعطى للأطفال مع الحليب، لتهدئة البكاء (البكاء الذي لا يعرف أسبابه).

الاستخدام الخارجي:

في الاستخدام الخارجي، يدلك بزيت الكراويا بعد تدفئته في الحالات التالية:

١. المغص المعوي ولطرد الغازات عند الأطفال (مسح البطن بالزيت).
٢. لتسكين ألم أسفل البطن عند النساء (اضطرابات الحيض).
٣. يدلك بزيته لتسكين ألم الروماتزم، والمفاصل، والعضلات.

أزريون الحدائق

أزريون كلمة فارسية، تنبت هذه النبتة في البساتين، وعلى جوانب الطرق، كما تزرع للاستفادة من أزهارها لغايات علاجية.

الجزء الطبي من النبات: الأوراق، والأزهار.

الاستخدام الداخلي للنبات:

تنقع الأوراق والأزهار بمقدار ملعقة صغيرة لكل كوب ماء حتى درجة الغليان يُترك حتى يتخمر ثم يشرب بمعدل ملعقة كبيرة لكل ساعة، للأمراض التالية:

١. معالجة الضعف الجنسي (يوجد في النبات هرمون منشط للغدد الجنسية عند الذكور).
٢. لإدرار الحيض المعسر كما يزيل آلامه.
٣. لمعالجة سرطان الرحم وسرطان المعدة (يستعمل طبياً بشكل حقنة بمستخلص النبات لهذه الغاية).

الاستخدام الخارجي:

يفيد مركب النبات المرهمي في علاج العديد من الأمراض الجلدية.

طريقة عمل المركب: (يعصر مقدار ٤٠ غراماً من أجزاء النبتة الغضة بما في ذلك الأزهار وتخلط بمقدار ٥٠ غراماً من الزبدة غير المملحة ثم تغلى على نار هادئة لمدة نصف ساعة، ثم تبرد وتستعمل دَهْناً عدة مرات في اليوم) وتستخدم للحالات التالية:

١. قروح الفراش الناجمة عن رقود المرضى بسبب الشلل أو غيره من الأسباب التي تقعد المريض طريح الفراش لمدة طويلة.
٢. احتقان البواسير والتهاباتها الداخلية والخارجية.
٣. مرض تثليج القدمين الناجم عن البرد وما ينشأ عنه من أورام في أطراف الأصابع.
٤. تشقق حلمات الثدي وتشقق القدمين.
٥. سرطان الجلد.
٦. كما يستعمل لبخة من أجزاء النبتة الغضة في تضميد الجروح المتقيحة.

- عدم تجاوز المقادير المحددة في الاستعمال الداخلي فقد يسبب اضطراباً في المعدة.

أرطمايسا

حبق الراعي - بعيثران

نبات بري، يعرف في كافة أقطار بلاد الشام باسم بعيثران أو عبيثران، يبلغ طول النبات في حالة الاكتمال والنضج بين المتر أو المتر ونصف.

الجزء الطبي من النبات: الأوراق قبل بداية الإزهار، وعناقيد الأزهار، والجذور.

الاستخدام الداخلي:

١. تستعمل في حالة نوبات الصرع والهستيريا (يتناول المصاب ربع ملعقة صغيرة من مسحوق الجذور مخلوطاً بفنجان من العسل ثلاث مرات يومياً) يستعمل لمدة طويلة.

٢. كما يستعمل منقوع ربع ملعقة من الجذور المسحوقة في كوب من الماء المغلي مرتين في اليوم للحالات التالية:

- مرضى البول السكري.
- سوء الهضم الحاد أو المزمن.
- اضطراب الطمث (الحيض) أو المغص الناجم عنه.

الاستخدام الخارجي:

يخلط ٥٠ غراماً مسحوق الأوراق والأزهار الجافة في ٧٥ غراماً من الفازلين وتستعمل في الحالات التالية:

١. تشقق القدمين واليدين الناجم عن استعمال المواد الكيميائية.

٢. في حالة وجود التسلخات الجلدية، والصماط عند الصغار والكبار.

٣. الحبوب التي تنتشر في أعلى الصدر والظهر الناتجة عن تحسس من بعض الملبوسات التي يدخل البترول في صنعها.

- عدم تجاوز المقادير المحددة في الاستخدام الداخلي.

إكليل بوقيصي

تنمو النبتة في المناطق الرطبة وقرب الأنهار وفي مناطق البرك والمستنقعات، تشبه رائحة زهوره رائحة اللوز المر.

الأجزاء المستخدمة من النبات: الأزهار.

يستخدم منقوع الأزهار (٤٠ غراماً لكل لتر من الماء المغلي، يشرب بمعدل كوبين في اليوم) للحالات التالية:

١. أمراض الروماتزم، وإلتهاب عرق النسا (اسياتك)، والانصبابات (تجمع السوائل في جسم الإنسان وخاصة في المفاصل) والأوزيما (وهو ارتشاح سائل من الأوعية الدموية في أنسجة الجسم فتصبح منتفخة طرية كالإسفنج) كما يحدث هذا الارتشاح في الصدر وغلاف القلب.

٢. يدر البول ويطهر الجسم من السموم ويطردها عن طريق البول.

٣. يفرز العرق فيفيد في حالة الحُمِّيات (الحرارة المرتفعة) وخاصة في حُمَى النفاس التي تظهر في بعض الأحيان بعد الولادة بسبب التهاب الرحم.

يستخدم من الخارج:

- يستخدم منقوع الأزهار بشكل مضمضة أو غرغرة لتسكين ألم الأسنان والتهاب اللوزتين.

بلـوط

شجرة حرجية كبيرة معروفة في بلاد الشام بهذا الاسم.

الأجزاء الطبية المستخدمة من النبات: لحاء الشجر الفتي، والثمار الناضجة المجففة.

يستخدم البلوط في العلاج الداخلي بالشكل التالي (مغلي مقدار ملعقة صغيرة من اللحاء المطحون، تغلى لمدة دقيقتين ثم يترك ليتخمر ثم يصفى ويستعمل دافئاً بمعدل ٢ – ٣ مرات يومياً)ويستعمل للحالات التالية:

١. في حالات الإسهال، على اختلاف مسبباته.
٢. في حالة التبول الليلي (التبول غير الإرادي).
٣. كما يستخدم لهذه الغاية منقوع الأوراق في الماء المغلي (كوب واحد قبل النوم لمدة خمسة عشر يوماً).
٤. في الحالات المختلفة من النزف في الجهاز الهضمي.
٥. في حالة النزف الرحمي، والنزف البولي (وجود الدم في البول).
٦. لفرط الحموضة: يتناول المصاب مسحوق ربع ملعقة من ثمار البلوط الجافة. والمسحوقة ناعماً كالبودرة، كما تفيد هذه الوصفة في حالة ضمور الكبد.
٧. لعلاج الإسهال والزحار (الدوسنطاريا) وضعف الأمعاء (تسحق الثمار الجافة وتحمص على النار حتى يشقر لونها، ثم تضاف إلى العسل ١٠٠ غرام من المسحوق لكل ١٥٠ غراماً من العسل يتناول المصاب من هذا المسحوق مقدار ملعقة صغيرة ثلاث مرات يتبعه شرب كوب من الماء).

يستخدم النبات من الخارج في الأمراض التالية:

١. في حالة الجروح والقروح النتنة: يغلى مقدار من لحاء البلوط في مقدار من الماء لمدة ربع ساعة ثم يستخدم بشكل كمادات عدة مرات في اليوم.

٢. عند وجود التسلخات الجلدية، أو قرحات الفراش: تسحق الثمار جيداً حتى تصبح مثل البودرة ثم تُذَر على المناطق المصابة.
٣. في حالة تثلج القدمين أو أورامها الناتجة عن الوقوف أو المشي الطويل، يعمل مغطس للقدمين لمدة نصف ساعة في الماء الدافئ، بمغلي ثمار ولحاء البلوط.
٤. تعالج الأكزيما في اليدين بدلك اليدين بلطف في مسحوق الثمار الناعمة.
٥. تعمل حقنة مهبلية بمغلي لحاء وثمار البلوط عند وجود الإفرازات المهبلية وسرطان الرحم (مقدار ٧٠ غراماً من كلا الجزئين، تغلى لمدة نصف ساعة في لتر من الماء ثم يُصفى جيداً ويُستخدم فاتراً).
٦. في حالة هبوط الشرج: يعمل مغطس من مغلي اللحاء (٧٠ غراماً لكل لتر ماء، يستعمل عدة مرات في اليوم).
٧. يستخدم بشكل غرغرة ومضمضة في حالة قروح الفم واللثة وما ينجم عن قلع الأسنان من نزف أو التهاب (يستخدم بارداً).
٨. في حالة نزف الجروح: يذر على الجرح مسحوق اللحاء والثمار (مسحوق بشكل بودرة).

جاوي

عشبة يمكن زراعتها، أو تواجدها في مروج الجبال، تزهر بين شهري تموز وآب.

الجزء المستخدم من النبات: الجذور.

يستعمل النبات من الداخل: بشكل منقوع، مقدار غرام واحد من الجذور المفرومة ناعماً لكل كوب من الماء المغلي؛ يشرب بمعدل كوب واحد يومياً، لعلاج الأمراض التالية:

١. في حالة النزلات المعدية والمزمنة.
٢. تهدئة الاضطرابات العصبية عند مدمني الخمر.

٣. تحسن من حالة الشلل الناجم عن انفجار شرياني في الدماغ (داء النقطة).
٤. تخلص الجسم من السموم في حالة التسمم الغذائي (التسمم الناجم عن تناول الغذاء الفاسد).
٥. يفيد في حالة الإصابة بسرطان البطن والرحم.
٦. في حالة نوبات الربو.
٧. أمراض الروماتزم والنقرس.

تفيد في العلاج الخارجي :

١. التهاب الأوعية الليمفاوية (وهي عروق حمراء تمتد من الجروح والقروح الملتهبة نحو القلب).
٢. تستخدم في حالة عضة الكلب (وفي كلا الحالتين، بند ١ + بند ٢ تسحق كمية من الجذور والأوراق وتخلط بقليل من زيت الزيتون ويضمد بها على المنطقة المصابة).

جذر قرنفلي

عشبة يبلغ ارتفاعها ٧٠ سنتيمتراً عند اكتمالها، تتواجد في بعض بلاد الشام في الجبال وقرب الأحراج.

الجزء المستخدم من النبات الجذور.

الاستعمال الداخلي : منقوع ملعقة من الجذور المفرومة في الماء المغلي يشرب بمعدل فنجان صغير ١– ٢ في اليوم للحالات التالية :

١. اضطراب الهضم، وكسل الأمعاء.
٢. أمراض الجهاز الهضمي كالزحار (الدوسنطاريا) والتيفوئيد.
٣. ارتفاع الحرارة الناجمة عن فساد الطعام في البطن.
٤. الإسهال المخاطي.
٥. الإفرازات المهبلية البيضاء عند النساء.

٦. يقال: أنها تعالج الاضطرابات النفسية، وضعف الذاكرة، والضعف الجنسي عند كل من الرجل والمرأة.

مغلي النبات يستخدم من الخارج:

١. غرغرة في حالة التهاب اللوزتين.
٢. تقرحات الفم والتهاب اللثة.
٣. تعالج البواسير (مسحاً للمنطقة بعصارة النبات).
٤. تغسل القروح بمغلي النبات المركز.

لوف السباع

تنبت في المروج والأحراج وقرب الأقنية في الوديان.

الجزء الطبي المستعمل: الفروع، والأوراق.

الاستخدام الداخلي:

تستعمل بشكل منقوع (مقدار ملعقة كبيرة لكل ربع لتر من الماء المغلي، يشرب بمعدل ثلاث فناجين يومياً للحالات التالية):

١. اختلال نظام الدورة الشهرية (النزيف، عسر الطمث، ألم الحيض).
٢. التهابات الرحم المختلفة، والإفرازات المهبلية الناجمة عنه.
٣. ارتخاء الرحم عقب الولادة.
٤. الإجهاض المتكرر.
٥. فشل الحمل (مجهول الأسباب).
٦. كما تستخدم في حالة الإصابة في البول السكري.
٧. تستخدم في حالة السمنة (ننصح بعدم الانتظام عليه في هذه الحالة لفترة طويلة).

الاستخدام الخارجي :

تُغلى مقدار قبضة من النبات لكل لترين من الماء يغلى لمدة عشر دقائق ثم يُصفى ويُستعمل بشكل مغطس مقعدي في حالة التهاب المبيض ويمكن إضافة البابونج ولحاء البلوط إلى المغلي بمقادير بسيطة لزيادة الفائدة.

رعي الحمام

يتواجد هذا النبات قرب الطرقات، وعلى جوانب المناطق المنحدرة، وفي الأراضي المقفرة.

الجزء الطبي : الأوراق ويتلات الأزهار.

الاستخدام الداخلي :

يستعمل المنقوع بإضافة ملعقة صغيرة لكل كوب من الماء المغلي، يترك حتى يتخمر ثم يصفى ويشرب بمعدل ٣- ٤ أكواب يومياً، لعلاج الحالات التالية :

- الوهن العام، واضطرابات سن اليأس.
- الصداع المرافق بأعراض طنين الأذنين.
- خفقان القلب (اضطراب دقات القلب).
- بعض الاضطرابات النفسية.
- معالجة ضعف الدم (نقص نسبة الهيموجلوبين في الدم).
- في حالة الإصابة باحتقان الكلى أو الكبد.

العلاج الخارجي :

١. يستعمل مغلي النبات غرغرة في حالة التهاب اللوزتين.
٢. غسيل الجروح والقروح الملتهبة.

فيجن

سذاب مزروع

عشبة برية وزراعية، تزرع في الحدائق من أجل الزينة، تفوح منها رائحة قوية تشبه الفينول.

الأجزاء المستخدمة من النبات: الأوراق قبل بداية إزهار النبات.

الاستخدام الداخلي:

تنقع الأوراق بمقدار ملعقة صغيرة لكل كوب من الماء المغلي، يشرب بمعدل ثلاثة أكواب في اليوم، ويستخدم للحالات التالية:

١. أمراض الروماتيزم الناجم عن تقدم في السن.
٢. اضطرابات القلب (زيادة خفقان القلب).
٣. بعض الحالات العصبية الناجمة عن أمراض الشيخوخة.
٤. دوار البحر (الدوخة الناجمة عن السفر).
٥. بعض الأمراض النفسية (الصرع، الهستيريا، والشلل الناجم عن المرض النفسي والوهم).

الاستخدام الخارجي:

١. يستخدم زيت النبات في الحالات التالية:
- تدليك الأطراف المصابة بالشلل والروماتيزم.
- التهاب العضلات، والأطراف التي تصاب بما يسمى (مرض التثليج، سبق شرحه).

٢. تغلى الأوراق (مقدار قبضة لكل لتر) ويعمل كمادات بها في الحالات التالية:
- الانصبابات الدموية (تمزق داخلي في الأنسجة مما ينتج عنه نزف تحت الجلد) في حالة الفكشة، والكدمات، والتواء المفاصل.

- لإعادة النشاط والحيوية للعيون المجهدة، وخاصة العاملين في مجال المجاهر. والكمبيوتر وغيرها من الأعمال التي تتعب العيون، تستعمل بشكل كمادات بواسطة شاش معقم.
- تستخدم بشكل غرغرة في حالة التهاب اللوزتين، كما تستعمل بشكل مضمضة في حالة التهاب الفم واللثة.
- تغسل الجروح بمغلي النبات عند إصابتها بالتقرحات، والالتهابات المختلفة.
- يغسل الرأس بمغلي الأوراق عن الإصابة بالقمل (مرة واحدة يومياً لمدة ثلاثة أيام على التوالي).

ملاحظة: عدم تجاز المقادير والجرعات المحددة سابقاً، فقد ينتج عن ذلك طفوح جلدية مصحوبة بغثيان وقيء.

شوفان

خرطال

هرطمان (نبات معروف)

الجزء المستخدم من النبات: القش (تبن الشوفان) والبذور.

يستخدم النبات في العلاج الداخلي بأشكال عدة نذكر منها:

١. خلاصة النبات: تحضر الخلاصة بنقع مسحوق البذور في الكحول الطبي (مقدار ٥٠ غراماً من البذور الطازجة غير المجففة في ١٥٠ غراماً من الكحول لمدة أربعة عشرة يوماً ثم يصفى ويحفظ لوقت الاستعمال) أما من الناحية العلاجية لهذه الخلاصة فتستخدم للحالات التالية:

- في حالة الإنهاك الجسماني، أو الذهني: ١٠ نقط لكل كوب من الماء العادي ثلاث مرات في اليوم.

- في حالة الهياج الجنسي (الجوع الجنسي) ١٠ نقط لكل كوب ٣-٤ مرات يومياً.
- الحكة أو الحساسية مجهولة الأسباب: ١٠ نقط لكل كوب من الماء ثلاث مرات يوميا.
- الصداع الناتج عن (كثرة الضجيج أو الإنهاك في العمل): ١٠ نقط لكل كوب ماء عند اللزوم.
- للأرق وقلة النوم: ٢٠ نقطة لكل كوب ماء عند اللزوم.

٢. معسول الشوفان يستعمل في علاج الحالات التالية:

- أمراض المعدة والأمعاء (الإسهال، المغص، بعض الإصابات الجرثومية المعوية).
- أمراض الجهاز التنفسي، السعال، بحة الصوت.
- في حالة البول السكري.

الاستخدام الخارجي:

١. تهرس الأوراق الغضة وتثبت على ثدي المرضع لوقف إفراز الحليب (يستخدم في مرحلة الفطام).

٢. تُمسح مناطق إفراز العرق بقماش مبلل بمغلي الأوراق للحد من العرق الغزير.

٣. يُستخدم مغلي الأوراق الغضة (دوشا) مهبلياً، في حالة وجود المفرزات المهبلية (١٠٠ غرام لكل لتر يغلي لمدة عشر دقائق ثم يُصفى ويستعمل).

ملاحظة:

تُباع قشور الشوفان في عبوات متخلفة في الصيدليات للاستعمال الطبي أو الغذائي، ملصق عليه تعليمات تبين فوائده وطريقة استعماله.

عرق الإنجبار

مكان النبتة: في الجبال، والأحراش، الكثيفة، والأماكن الرطبة.

الجزء المستخدم من النبات: الجذور الطازجة (تفقد الجذور خواصها الطبية بالخزن الطويل).

تستخدم الجذور من الداخل بالشكل التالي:

تغلي الجذور الطازجة المفرومة (مقدار ملعقة كبيرة من الجذور تغلى في كوب من الماء لمدة خمس دقائق ثم تُصفى وتُشرب عدة أكواب في اليوم حسب شدة الحالة وتجاوبها مع العلاج) في الحالات التالية:

- لوقف النزيف الداخلي في المعدة، والأمعاء، والنزف الرحمي، كما يستعمل في حالة نزف الطمث غير المعتاد.
- كما يستعمل في حالة النزف الناجم عن البواسير.
- علاج للإسهال الحاد، أو المزمن، أو المصحوب بالدم.

يستخدم مغلي الجذور في الاستخدام الخارجي للحالات التالية:

١. يستخدم ضماداً بمنقوع الجذور في حالات الأكزيما، والقروح.
٢. مضمضة في حالة التهاب اللثة، ونزيف الأسنان.
٣. دوشا مهبلياً في حالة النزف الرحمي (بشرط أن لا يكون النزف ناتجاً عن أعراض الحمل، أولا يستخدم أصلاً أي من (الدوشات) المهبلية في حالة الحمل.

عروق الصباغين

عشبة تنبت في الحقول، وقرب المناطق المزروعة، مكسوة بشعيرات دقيقة، أزهارها صفراء.

الجزء الطبي من النبات: الأوراق والأزهار (تستخدم بحذر شديد حسب التعليمات).

تستخدم النبتة في العلاج الداخلي بالشكل التالي:

منقوع غرام واحد من الأوراق لكل كوب ماء مغلي، يشرب منه بمعدل فنجان واحد أو اثنين في اليوم الواحد، وبالرغم من فائدة النبات العلاجية يجب أن نحذر بعدم تجاوز هذه الجرعة، فالجرعات الزائدة تشكل خطورة على جسم الإنسان لا يحمد عقباها)، ويستخدم النبات لعلاج الحالات التالية:

١. أمراض الكبد والمرارة مثل الاحتقان، والالتهاب، والحصاة وما ينجم عنها من أعراض مثل المغص الشديد، وانتفاخ البطن، وصفار العينين.
٢. علاج القرحات المعدية والإثنى عشر.
٣. علاج جيد في سرطان الكبد، والمعدة، والفم.

استخلص العلماء من النبات مادة تحقن تحت الجلد لعلاج السرطانات بجميع أشكالها وخاصة سرطان الوجه وأجمعت التقارير على نتائج إيجابية جداً في علاج مثل هذه الحالات.

استخدام النبات من الخارج:

١. توضع ورقة واحدة من العشبة في الحذاء لمدة عشرة أيام لعلاج ضعف الشهية واضطراب إفراز الغدد الصماء.
٢. علاج الآفات الجلدية والمزمنة والجافة المصحوبة بقشور بالجلد (المركب المرهمي).

٣. تعالج سرطان الجلد، وخاصة سرطان الوجه (المركب*المرهمي).

طريقة عمل المركب المرهمي: تهرس الأوراق الغضة وتعصر حتى يتم الحصول على ١٠ غرام من العصير الصافي، ثم تخلط هذه الكمية بمقدار ٥٠ غراماً من الشحم الحيواني، ثم تغلى على النار لمدة عدة دقائق، ثم تترك حتى تبرد وتستعمل دهناً مرة واحدة ليلاً.

فجل الخيل - خردل الألمان

نبات يزرع لغايات طبية، ومن النادر وجوده بري.

الجزء الطبي من النبات: الجذور الطازجة.

الاستعمال الطبي من الداخل:

يبرش مقدار ربع ملعقة من الجذور الطازجة وتخلط بمقدار فنجان صغير من العسل ثم يتناول المصاب مقدار ثلاثة فناجين من هذا المزيج في اليوم وتخصص المعالجة للحالات التالية:

١. معالجة الربو والتهاب القصبات الهوائية، وأمراض الرئة (السل الرئوي، والسعال).
٢. معالجة سوء الهضم واضطرابات المعدة.
٣. التهاب حوض الكلى والمثانة (يحذر استعماله في التهاب الكلى نفسها).
٤. لإدرار البول، وطرد السوائل منها (الأوزما والانصباب).
٥. علاج جيد لأمراض النقرس، والروماتزم.

الاستخدام الخارجي:

١. يبرش الجذر الطازج ويهرس قليلاً ويوضع بشكل لبخة على الجبين لمعالجة التهاب الجيوب الأنفية (يجب الاحتراس من إصابة النبات للعين).
٢. توضع اللبخة السابقة على:

- على المعدة لوقف آلامها.

- على القروح الملتهبة أو المتقيحة.
- فوق الجانب الأسفل من القفص الصدري لمعالجة المغص الناتج عن التهاب كيس المرارة.
- فوق مؤخرة الرأس لعلاج الصداع.
- توضع اللبخة عقب لسع الحشرات، فوق موضع الإصابة لوقف الألم وحصر السم وإخراجه.
- يعمل مزيج من عصير الجذور المخلوط بالخل (كمية متساوية لكل منهما) ثم يمسح به الوجه بواسطة قطنة مرة واحدة ليلاً لإزالة النمش.

فراسيون

يسمى حشيشة الكلاب في (بلاد الشام)

نبتة تكثر في الحقول، والخرب والمزابل، وعلى جدران المنازل القديمة.

الجزء الطبي من النبات: الأوراق بعد ظهور الأزهار.

الاستخدام الداخلي للنبات:

١. منقوع ملعقة كبيرة من الأوراق لكل كوب من الماء المغلي، يشرب بمعدل ثلاثة أكواب في اليوم، يشرب لمعالجة الحالات التالية:
   - النزلات الصدري المصحوبة ببلغم كثيف (كما يخفف من حالة الربو).
   - معالجة السِّل الرِّئوي.

٢. مقدار ملعقة كبيرة من عصير الأوراق الغضة والمخلوطة بفنجان صغير من العسل يتناول منه المصاب ملعقة صغيرة ثلاث مرات في اليوم ويستخدم للحالات التالية:
   - لتنشيط إفراز الكبد الصفراوية (المرارة) والتي تعمل على إزالة احتقان الكبد (اصفرار الجسم الذي يسمى بالعامية أبو صفار).

- تفيد في إدرار الحيض المعسر، أو المتأخر عن وقته كما تلطف من آلامه.
- تنظيف الرحم عقب الولادة من إفرازات النفاس.

الاستخدام الخارجي:

تستخدم كمادات مغلي الأوراق (قبضة لكل لتر من الماء، تغلى لمدة ١٠ دقائق) ثم تصفى وتستخدم للحالات التالية:

- ألم الدوالي (تمدد الأوردة) في الساقين.
- احتقان أصابع القدمين (التثليج) في فصل الشتاء.
- الحبوب والطفوح الجلدية المختلفة.

ناردين مخزني

تنمو النبتة في الأحراج الرطبة، وقرب ضفاف الأنهار، والبحيرات، وبين الصخور، وفي الحقول الجافة (كما تناسب زراعتها أي أرض كانت).

الجزء الطبي من النبات: الجذور.

كيفية الاستخدام في العلاج الداخلي:

تغلي الجذور لمدة دقيقة واحدة ثم تُترك حتى تتخمر ثم تُصَفَّى وتُحلى ويشرب منها كوب واحد يومياً صباحاً بعد الطعام (مقدار ملعقة صغيرة من الجذور لكل كوب ماء) حيث تستخدم لعلاج الحالات التالية:

١. يشمل العلاج قائمة واسعة من الحالات النفسية والعصبية مثل:

- الهستيريا بأنواعها.
- الصرع.

- الرقص الزنجي (وأعراض هذا المرض يتمثل بحركات متقطعة غير إرادية مثل الراقص الزنجي).
- الصداع بجميع أشكاله وخاص الصداع الناتج عن تعاطي المخدرات أو الإفراط في التدخين.
- الآلام والتشنجات العصبية في المعدة والأمعاء.
- الاضطراب العصبي الناتج عن منشأ نفسي (الخوف والرهبة).
- اضطرابات سن اليأس مثل تسارع دقات القلب، والرجفان.

٢. كما تعالج أمراض أخرى مثل:

- الديدان المعوية.
- آلام المبايض والرحم (التشنجية).

يستخدم من الخارج بشكل كمادات في حالات الجروح والقروح، وفي هذه الحالات يفضل أن يستخدم من الداخل إلى جانب الاستخدام الخارجي.

ملاحظة:

الاستخدام الطويل لهذا العلاج قد يسبب الإدمان أو التعود.

ناعمة مخزنية [مريمية]

قصعين - إسافقس [يونانية] - الناعمة

نبتة غنية عن التعريف، تتواجد في كل منزل، يمكن تواجدها أحياناً في البر.

الجزء الطبي المستخدم: الأوراق والفروع الحديثة قبل الإزهار.

الاستخدام الداخلي للنبات:

تستخدم بشكل منقوع مقدار ملعقة من الأوراق لكل كوب من الماء المغلي تشرب بمعدل ثلاثة أكواب في اليوم للحالات التالية:

١. تفيد في حال العقم عند النساء.
٢. تقوية الأعصاب خاصة بعد الإصابة بالشلل الدماغي.
٣. تكافح العرق الغزير عند المصابين بالسِّل.
٤. تجفف حليب المرضع بعد الفطام.
٥. معالجة الاضطرابات المعوية بشكل عام (المغص، الإسهال، وخاصة إذا أضيف إلى المنقوع ملعقة من أوراق الزعتر).
٦. الرجفان في اليدين.
٧. تكافح احتقان الكبد.
٨. تعتبر شراباً مثالياً لمرضى البول السكري (تخفض من نسبة السكر في الدم).

الاستخدام الخارجي:

١. تدلك اللثة بأوراق الميرمية المسحوقة في حالة نزيف اللثة، وارتخاء الأسنان.
٢. تعالج النزيف الرحمي، والإفرازات المهبلية البيضاء، بدخان الأوراق المحروقة.
٣. علاج السعال الجاف باستنشاق مغلي الأوراق.
٤. تعالج الحكة حول الأعضاء التناسلية، تغسل الأعضاء المصابة بمنقوع القصعين.

٥. يستخدم المنقوع بشكل غرغرة ومضمضة في حالات التهاب الحلق والفم واللوزتين ويفضل إضافة ملعقة كبيرة من الخل لكل كوب ماء من المنقوع في هذه الحالات.

نبق

شجر معروف يتواجد في أغلب بلاد الشام، يخلط الناس بينه وبين شجر السدر، يتواجد في الأحراج وضفاف البحيرات والمستنقعات كما يزرع في الحدائق العامة.

الجزء الطبي: لحاء الشجر، من الشجرة التي تجاوز عمرها ثلاث سنوات على أن يتم خزنه لمدة سنة على لأقل قبل استعماله (يعتبر اللحاء ساماً إذا استعمل دون هذه الشروط).

الاستخدام الداخلي:

١. منقوع اللحاء بمقدار ملعقة كبيرة لكل نصف لتر من الماء لمدة ليلة كاملة ثم يُصفى ويُستعمل بمقدار كوب واحد مرتين يومياً في الصباح والمساء، للغايات التالية:

- الإمساك بشكل عام وخاصة الإمساك الذي ينجم عنه اضطرابات مختلفة مثل: خفقان القلب وألم أسفل البطن.
- المصابون بالبواسير وخاصة إذا كان ناتجاً عن حالة الإمساك.
- يستخدم بالمقادير السابقة بكل أمان للإمساك عند الحامل.
- ينفع في حالة احتقان الكبد والطحال.

هدال

الهدال جنس من النباتات الطفيلية التي تنمو على بعض الأشجار المثمرة حيث تحصل على غذائها بطريقة الامتصاص من الغصون المثمرة، وتسمى هذه النبتة عند العامة الدبق.

الجزء الطبي في هذا النبات: الأوراق حديثة النمو.

الاستخدام العلاجي الداخلي:

تسحق الأوراق الخضراء بمقدار ملعقة واحدة صغيرة ثم توضع في إناء مغلق يحتوي على كوب واحد من الماء العادي ثم يرج جيداً لمدة كافية ثم يُصَفَّى ويُشْرَب بمعدل كوبين في اليوم، ويخصص لعلاج الأمراض التالية:

١. تصلب الشرايين وما ينجم عنه من أعراض مثل، ارتفاع ضغط الدم، والدوار، والصداع، والأرَق.
٢. لإيقاف النزف الداخلي باختلاف أسبابه في الجهاز التنفسي، والجهاز الهضمي مثل نزيف قرحة المعدة، والتفوئيد، والزحار، والرعاف (استنشاق المنقوع).
٣. كما يفيد في حالة النزف الرحمي (زيادة الحيض، النزف عقب الولادة).
٤. يعالج الزلال البولي عند النساء.
٥. الصرع بشكل عام والصرع عند الأطفال (يتناول الطفل نصف الكمية المحددة).
٦. يستعمله البعض في حالة العقم عند النساء.

الاستخدام الخارجي:

يعمل مركب مكوناً من الفازلين والشمع والصمغ العربي وعصير النبات لعلاج العديد من الأمراض الجلدية (٥٠ غراماً شمع نحل + ٥٠ غراماً عصير النبات + ٢٠ غراماً فازلين + ٥٠ غراماً صمغ عربي، وذلك بإذابة الصمغ العربي في عصير النبات ثم يُخلط

الجميع معاً ويغلى على نار هادئة حتى يتبخر أكبر قسم من الماء ثم يُبَرَّد ويستعمل) حيث يفيد هذا المركب في الحالات التالية :

١. يفيد في الأنواع المختلفة من الأورام والسرطانات الخارجية.
٢. تشقق اليدين، والقدمين، والشفاه.
٣. الوقاية من أعراض (التثليج) تشقق في أصابع الأطراف.

هيوفاريقيون [عصبة القلب]

دادي رومي - المنسية

توجد هذه العشبة في الأحراش، وأطراف الوديان الجافة، وعلى حواف الطرق.

الجزء الطبي : قمم الأغصان المزهرة.

الاستخدام الطبي من الداخل :

ينقع مقدار ملعقة صغيرة من الأزهار لكل كوب من الماء المغلي ثم يصفى ويستعمل بمعدل كوبين في اليوم للغايات التالية :

١. اضطرابات الدورة الشهرية (عدم انتظام الدورة، والمغص الناجم عنها).
٢. تهدئة الاضطرابات النفسية في مثل حالات (الهستيريا، المنخوليا) تصلب شرايين الدماغ والخرف الشيخوخي.
٣. اضطرابات النوم والأرق.
٤. التبول الليلي
٥. النزف الداخلي.
٦. مقشعة للبلغم في حالات الرشح والسعال.

الاستخدام الخارجي :

١. التهاب الجروح والتقرحات (ضماد مغموس بزيت النبات).
٢. التسلخات والكدمات والتواء المفاصل (الدلك بالزيت).
٣. ألم الروماتزم، والنقرس، والمفاصل، وعرق النسا (يستخدم زيت النبات دلكاً للمناطق المؤلمة).
٤. الصداع ومغص الأطفال (يدلك بالزيت منطقة الألم).
٥. شلل الأطراف الناجم عن ارتجاج في الدماغ (الدلك بالزيت).

أوكالبتوس

الكينا [الشام] - الكافور [مصر] - شجرة الحمى

شجرة كثيرة الاستخدام في الطب والصيدلة حيث تدخل في مجال الصناعات الطبية العديدة مثل الحقن، والكبسولات، والأقراص الدوائية، كما تستخدم كمادة منكهة ومطهرة في الشراب ومعاجين الحلاقة والأسنان.

الأجزاء المستخدمة من النبات : الأوراق الجافة.

تستخدم الأوراق في العلاج الداخلي للأغراض التالية :

١. تعتبر علاجاً جيداً في حالة الإصابة بالملاريا (منقوع مقدار ملعقة من الأوراق لكل كوب من الماء ثلاث مرات يومياً).
٢. لخفض مستوى السكر للمصابين بهذا المرض (منقوع ملعقة من الأوراق لكل كوب من الماء مرتين يومياً).
٣. لتطهير الجهاز الهضمي وفتح الشهية (يستخدم المنقوع مرتين يومياً).
٤. تعتبر من أنجح الأدوية النباتية في علاج الحُمَّى (منقوع ملعقة من الأوراق لكل كوب من الماء عند اللزوم).

الاستخدام الخارجي :

١. كما تستخدم بشكل تبخيرة في حالة الإصابة بالربو، والتهاب القصبات الهوائية والتهاب الجيوب الأنفية (قبضة من الأوراق لكل لتر من الماء المغلي، يستعمل عدة مرات في اليوم).
٢. يستخدم مغلي الأوراق بشكل مضمضة وغرغرة في حال التهاب الفم والحنجرة عدة مرات يومياً (ثلاثة ملاعق من الأوراق تغلى لمدة ثلاثة دقائق في كوب من الماء).
٣. يستخدم زيت النبات دلكاً لمناطق الألم عند الإصابة بأمراض الأعصاب والروماتزم.

لسان الحمل

آذان الكبش - أذن الأرنب - أذن الجدي

تتواجد هذه النبتة بثلاثة أشكال وأحجام، منها لسان الحمل الكبير، والسناني، والوسيط، وتحمل جميعها الخصائص العلاجية المشابهة.

وهذه النباتات معروفة منذ القدم حيث وصفت لعلاج العديد من الأمراض.

الأجزاء المستعملة : النبتة كاملة، الأوراق، والأزهار، والجذور، والبذور.

تستخدم النبتة في العلاج الداخلي للأمراض التالية :

١. معسول عصير النبات ينفع في التهاب القصبات والإسهال، والتهابات الأمعاء وإدرار البول.
٢. منقوع أوراق النبات الجاف يفيد في : الإمساك، والسعال، ولتهدئة الأعصاب (ملعقة واحدة من الأوراق لكل كوب من الماء).

٣. مخلوط عصير النبات بمثله من عصير العنب أو عصير التفاح يفيد في: السعال الديكي وعسر الهضم، واضطرابات الأمعاء، كما يفيد في تخفيف نوبات الربو.

٤. يعمل من أوراق النبات الطازج سلطة مع الخضراوات الأخرى ثم يؤكل مرة واحدة يومياً في حالة الإصابة بتسمم الدم.

٥. منقوع البذور تفيد في حالة الإمساك ملعقة من البذور لكل كوب ماء.

الاستخدام الخارجي:

١. يعصر النبات الطازج ويصفى ثم يستعمل بشكل مسوح للأمراض التالية:

- حب الشباب، يمسح بواسطة القطن مناطق حب الشباب ليلاً ويبقى حتى الصباح.
- تمسح مناطق الإصابة بالدوالي يومياً حتى ظهور النتائج الإيجابية، مع الشرب من منقوع الأوراق الجافة.
- كما يمسح بعصير النبات أماكن لسع الحشرات، وعضة الكلب، وغيره من الحيوانات.
- يخلط العصير بمثليه عسل ويوضع على القروح والجروح النازفة أو المتقيحة (التهابات الجروح بشكل عام).
- يستخدم ماء النبات المقطر، بشكل قطرة في حالة التهاب الملتحمة والعيون بشكل عام (قطرة واحدة عدة مرت يومياً).
- كما يستخدم الماء المقطر من النبات في التهابات الأذن (عدة قطرات في كل أذن).
- يقطر من عصير النبات المصفى في الأنف عند الإصابة بالرعاف.
- كما يقال أن التضميد بلبخة من الأوراق الطازجة يفيد في حالة لسعات الأفاعي!؟

نجيل

الرزين [بلاد الشام]، عكرش، نجم

تنبت في لحقول والبساتين والمناطق المزروعة

الجزء الطبي : الجذور.

الاستعمال الداخلي :

تغلى الجذور الجافة بمقدار ٣٥ غارماً لكل لتر ماء لمدة خمس دقائق ثم يصفى ويشرب بمعدل ثلاثة أكواب يومياً للحالات التالية :

١. معالجة المشاكل الجلدية مثل الحبوب، الدمامل، الالتهابات الجلدية بشكل عام.

٢. تدر البول فتفيد في تحسين حالة المصابين بأمراض الروماتزم العضلي، والنقرس والتهاب المثانة، كما تفيد في حالة وجود الرمال و الحصوات الكلوية.

الكاتب في سطور

- أول من عالج القيلة السحائية التي يعجز الطب في الداخل والخارج في معالجتها — التفاصيل في كتابنا (الاستشفاء بالعسل) مزود بالتقارير والشهادات الطبية.
- أول من ابتكر طريقة حديثة للتحنيط بوساطة مركبات عشبية دون الحاجة لإفراغ الجثة من محتوياتها أو وضعها في سائل كحولي (مشروحة تماماً في كتابنا العسل).
- انتج أكثر من ٢٠٠ مستحضر علاجي نباتي لعلاج العديد من الأمراض، وهو الآن بصدد تسجيل بعضٍ منها كدواء معتمد من الجهات المعنية (هذه المستحضرات مفصلة في كتاب صناعة مستحضرات الأعشاب الطبية).
- أخرج كتاباً في الصناعات الدوائية والعطرية فيه العشرات من المستحضرات المعتمدة وموضحاً طرق صناعتها (وهذا الكتاب يعتبر الأول من نوعه في الوطن العربي).
- له مؤلفات بصدد نشرها، في علم الأرواح، والنفس وما وراء النفس، وله كتاب يعتبر الرائد في التنويم المغناطيسي (نظريات حديثة حول علم التنويم المغناطيسي وخوارق الإبداع) موضحاً فيه خبرة عشرين عاماً في هذا المجال وهو محصلة لأكثر من ١٧٠٠ جلسة تنويم يثبت فيه بعض النظريات الحديثة في هذا المجال كما ينفي فيه بعض النظريات الخاطئة التي درج البعض على تسميتها.
- له العديد من الكتب في طب الأعشاب، وما وراء النفس.

نرحب في استفساراتكم - هذا عنواننا الدائم

زياد علي عمران

الأردن — الرصيفة

ص.ب. (٤٨٧) ت: ٣٧٤٥٦٠٧ نقال: ٠٧٧/ ٧٥٨٧٣٩

العنوان على الإنترنت: E) ammrn 62 @ maktoob.com





الفهرس

المقدمة.. ٥
الأقحوان.. ١١
أذن الفأر – عين الهدهد – لا تنسيني ١٢
شوك القصار – صفصاف شائك ١٣
إبرة الراعي – إبرة الراهب ١٤
الآس – الريحان... ١٦
حشيشة الفضة – رجل الأسد.................................... ١٨
حشيشة السعال – رجل الحمار ١٩
حشيشة الدود ٢٠
حشيشة الأثداء... ٢١
حرف بري – حشيشة النجارين.................................... ٢٢
حرشف السطوح.. ٢٣
البنفسج ٢٤
برباريس شائك ٢٥
حشيشة القرعان.. ٢٦
الحندقوق – إكليل الملك ٢٧
خشخاش منثور – شقائق النعمان ٢٨
.الخلة الرملية – خلة شيطانية..................................... ٢٩
عشبة البواسير.. ٣١
ذيل الحصان.. ٣٢

كراثز ٣٣
كرفس الماء – جرجير الماء ٣٥
كشمش أحمر ٣٦
لفت سلجم ٣٨
سفرجل ٣٩
البقلة الحمقاء ٤٠
خيار ٤١
البقدونس ٤٢
بندق ٤٤
البندورة ٤٥
الجوز ٤٧
الكتان ٤٨
كروياء ٤٩
أزريون الحدائق ٥٠
أرطميسا – بعيثران – حبق الراعي ٥١
إكليل بوقيصي ٥٢
بلوط ٥٣
جاوي ٥٤
جذر قرنفلي ٥٥
لوف السباغ ٥٦
رعي الحمام ٥٧
فيجن ٥٨

شوفان ٥٩
عرق انجبار ٦١
عروق الصباغين ٦٢
فيجل الخيل – خردل الألمان ٦٣
فراسيون ٦٤
ناردين مخزني ٦٥
ناعمة مخزنية – مريمية – قصعين ٦٧
نبق ٦٨
هدال ٦٩
هيوفاريقيون – (عصبة القلب) ٧٠
أوكالبتوس – الكافور ٧١
لسان الحمل ٧٢
نجيل ٧٣
الكاتب في سطور ٧٥



دار الخليج للنشر والتوزيع

عمّان - شارع السلط - مجمّع الفحيص التجاري

تلفاكس 4647559 ص.ب 184034 عمّان 11118 الأردن

ISBN - 9957 - 408 - 33 - X